

## **Przygotowanie do Wodorowego Testu Oddechowego na Nietolerancję Laktozy**

Test oddechowy przeprowadzany jest z użyciem laktozy. Całe badanie trwa około dwóch godzin, w cyklach pomiarowych, co 15-20 minut. Pierwsza próbka pobierana jest po 8 godzinach całkowitego postu (bez jedzenia, bez picia, bez mycia zębów). Po pobraniu próbki pacjent otrzymuje do wypicia roztwór laktozy i dopiero od momentu wypiciu tego płynu rozpoczyna się cykl pobierania próbek. W niektórych przypadkach badanie może zostać odrobinę wydłużone z powodu wolniejszego pasażu jelitowego. Test oddechowy w kierunku nietolerancji laktozy wykonujemy przy pomocy urządzenia Gastro Check H2.

Badanie jest wykonywane zarówno osobom dorosłym, jak i dzieciom.

Przygotowanie do wykonania testu jest takie samo zarówno dla osób dorosłych, jak i dzieci.

### **Bezwzględna przeciwwskazania:**

- zdiagnozowana lub podejrzewana wrodzona nietolerancja laktozy
- zdiagnozowana lub podejrzewana po posiłkowa hipoglikemia

### **Należy odczekać 4 tygodnie do wykonania testu, jeśli:**

- stosowałeś antybiotykoterapię (również na SIBO)
- poddałeś się kolonoskopii, fluoroskopii, illeoskopii, hydrokolonoterapii, wlewom barytowym
- stosowałeś prokinetyki (Naltrexon LDN, Erytromycyna, Iberogast, itp.)

### **Należy odczekać 2 tygodnie, jeśli:**

- stosowałeś probiotykoterapię
- przeszedłeś epizod biegunki infekcyjnej
- stosowałeś lewatywy lub leki przeczyszczające

### **1 tydzień przed wykonaniem testu należy unikać:**

- ziół bakteriobójczych (np. olej z oregano, berberyna, itp.)
- leków z grupy IPP (np. Omeprazol, Pantoprazol, Lansoprazol, Dexlansoprazol)
- dużych dawek cytrynianu magnezu, witaminy C
- unikaj intensywne treningu fizycznego

**1 dzień przed wykonaniem testu należy unikać:**

- betainy HCl, octu jabłkowego, enzymów trawiennych
- suplementów z błonnikiem
- suplementów diety

**W dniu testu należy unikać:**

- używania kleju do protez

**Przez 12 godzin przed testem należy:**

- nic nie jeść
- nic nie pić z wyjątkiem wody

**1 godzinę przed rozpoczęciem testu należy unikać:**

- papierosów, fajki, nie wdychać dymu tytoniowego
- nie uprawiać intensywnych ćwiczeń fizycznych
- nie spać

**Podczas testu należy unikać:**

- spacerowania
- spania
- picia płynów

**Ważne**

**Prawidłowe przygotowanie do badania zapewnia uzyskanie wiarygodnego wyniku do dalszej diagnozy. Nieprawidłowe przygotowanie może spowodować, że wynik będzie niemiernodajny.**