

## PATIENTINNEN-INFORMATION

### für unsere Atemtests auf Laktose – Fruktose – Sorbit

#### Allgemeine Information:

Der Atemtest dauert bis zu 3 Stunden. Zwischen den einzelnen Atemtests sollte ein Abstand von ca. 1 Woche sein, um eine Verfälschung der Testergebnisse zu vermeiden!

Sollte es während der Untersuchung zu Beschwerden wie z.B. Übelkeit, Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall kommen, so geben Sie dies bitte der MitarbeiterIn bekannt.

#### BITTE BEACHTEN SIE FOLGENDE HINWEISE ZUR VORBEREITUNG!

#### Am Vortag der Untersuchung:

- keine blähenden Nahrungsmittel
- keine Vollkornprodukte, kein Müsli
- keine Hülsenfrüchte, keine Kohllarten
- keine Nüsse
- kein Obst, keine Kompotte, Marmeladen und Trockenfrüchte
- kein Alkohol, keine kohlenensäurehaltigen Getränke, keine Frucht- und Gemüsesäfte
- keine Milchprodukte (auch keine laktosefreien Milchprodukte)
- keine Salate mit fertigen Dressings
- keine Süßigkeiten (keine Kuchen, Kekse, Eis, ...)
- keine Fisch- und Meeresfrüchtekonserven
- kein Kalb-, Rind-, Schweinefleisch
- keine Wurst, kein Speck
- kein Wild
- keine Kohlenhydrate (keine Nudeln, Kartoffeln, kein Reis, kein Brot, keine Semmeln)
- kein Zucker

#### Unsere Empfehlung:

- ungesüßter Kräutertee, Wasser ohne Kohlensäure, ungesüßter schwarzer Kaffee
- Huhn, Pute oder Fisch gedünstet, gebraten in Öl oder im Rohr
- grüner Salat ohne Essig oder Balsamico
- gedünstete und gebratene Zucchini
- Avocado
- Eier

**14 Stunden vor der Untersuchung: nichts mehr essen**

**12 Stunden vor der Untersuchung: keine Flüssigkeitszufuhr außer Wasser, kein Nikotin, kein Kaugummi, keine Zuckerl**

#### Am Tag der Untersuchung:

- beim Zähneputzen keine Zahnpaste verwenden
- keine Prothesenhaftmittel verwenden
- nüchtern ins Labor kommen
- keine vermehrte körperliche Aktivität
- keine Nahrungs- oder Flüssigkeitsaufnahme während der Testdauer
- absolutes Rauchverbot

#### Weiters gilt:

- Abführmittel, Magenschutz, Pro- oder Präbiotika (Omniflora, Omnibiotica o.ä.): **drei Tage** vor der Untersuchung absetzen
- Erkältungskrankheiten: sollten ca. **1 Woche** zurückliegen
- Antibiotikatherapie, Coloskopie oder Röntgen-Darmuntersuchungen: sollten **4 Wochen** zurückliegen
- Darminfektionen: sollten **4 Wochen** zurückliegen

**Die Untersuchungen werden von den Krankenkassen nicht übernommen.**

**Über die genauen Kosten wird Sie unser Personal gerne vorab informieren.**