

Merkblatt Vorbereitung für den H2-Atemtest

Mit dem H₂-Atemtest soll untersucht werden, ob bei Ihnen eine Kohlenhydratintoleranz besteht. Man kann den Test mit verschiedenen Kohlenhydraten durchführen, z. B. Laktose, Fruktose, etc., je nachdem welche Kohlenhydratintoleranz vermutet wird.

Bitte planen Sie für die Untersuchung **ca. 3 Stunden** ein.

Am Vorabend der Untersuchung sollten Sie **ab 20:00 Uhr** nichts mehr essen und trinken (auch keine Medikamente mehr einnehmen). Sie sollten nicht rauchen und keine Bonbons lutschen oder Kaugummi kauen.

Die letzte Mahlzeit **vor 20:00 Uhr** sollte **kohlenhydratarm** sein (keine Weißmehlprodukte wie z.B. Nudeln, Toastbrot, Kartoffeln).

Am Untersuchungsmorgen bitte **keine Zähne putzen**, der Mund kann mit Wasser ausgespült werden (**bitte kein Wasser herunterschlucken**).

Ihr Praxisteam