



Vorbereitung für die Atemtest-Untersuchung auf Lactose-, Fructose- und Sorbit-Malabsorption sowie auf bakterielle Überbesiedelung des Darms.

Diese Vorbereitung für die Untersuchung ist sehr wichtig und sollte genauso wie vorgegeben durchgeführt werden!

Am letzten Tag vor **jeder Untersuchung gilt:**

- 1. 4 Wochen** vor der Untersuchung keine Einnahme von Antibiotika und keine Darmspiegelung oder Röntgenuntersuchung des Darmes mit Kontrastmittel!
- 2. 12 Stunden** vor der Untersuchung nicht mehr essen und trinken! (Stilles Wasser in geringen Mengen ist in Ordnung)
- 3. Für Ihr Frühstück brauchen Sie noch nichts zu beachten!**
- 4. Für Ihr Mittagessen:**
Ein Stück Geflügel, Fleisch oder Fisch mit Salz und Pfeffer gewürzt, gegrillt oder gebraten. Dazu gibt es auch Toast, Butter, etwas Gemüse (**kein Kohlgemüse!**) gedünstet oder Salat nur mit Essig und Öl angerichtet. **Keine** Kartoffeln, Reis, Nudeln oder Vollkorn **Bitte keinen Ersatz!**
- 5. Für Ihre letzte Mahlzeit am Abend vorher:**
Essen Sie bitte Rührei, Spiegelei oder gekochtes Ei mit Weißbrot getoastet und Butter.
- 6. Zu Trinken:**
grüner Tee, schwarzer Tee, Wasser oder schwarzen Kaffee. **Bitte keine Kräuter- oder Früchte-Tees**

Bitte halten Sie diese Vorbereitungsregel ein, da wir sonst unter Umständen die Untersuchung nicht durchführen können!

Bitte fragen Sie in Zweifelsfällen unsere Assistentinnen.

- **Bitte nicht rauchen**
- **Bitte am Testtag beim Zähneputzen keine Zahncreme verschlucken und den Mund nach dem Zähneputzen gut ausspülen.**
- **Bitte keinen Lippenstift benutzen**
- **Die Testdauer beträgt ca. 3 Stunden! Bitte planen Sie ausreichend Zeit ein!**
- **Die Tests sollten nicht während der Menstruation durchgeführt werden**

Vielen Dank – Ihr Praxisteam