

## H2 Atemtest mit Lactose → Merkblatt

### Lactose-Intoleranz-Test

Mit dem H2-Atemtest kann man eine Unverträglichkeit für Lactose nachweisen. Für den Test erhalten Sie Lactose in Wasser aufgelöst zu trinken. Sollte der Darm diesen Milchzucker nicht verdauen können, verändert sich die Zusammensetzung der Ausatemluft. Diese Änderungen können durch Analyse der Ausatemluft nachgewiesen werden. Um die Testresultate nicht zu verfälschen, müssen Sie Folgendes beachten:

#### 24 h vorher

Sie dürfen keine Hülsenfrüchte essen (d. h. keine Linsen, Bohnen, Sojabohnen, Sojasprossen und Erbsen).

#### Am Vorabend

Nach 20.00 Uhr dürfen Sie nichts mehr essen und nicht rauchen.

#### Am Morgen

Sie müssen «nüchtern» zur Untersuchung kommen, das heisst:

- Sie dürfen kein Frühstück einnehmen.
- Erlaubt ist hingegen Wasser (ohne Kohlensäure) und Tee ohne Zucker.

#### Testdauer

Die Testdauer beträgt ungefähr 2 ½ Stunden. Wenn Sie möchten, können Sie zum Zeitvertreib Lektüre mitnehmen.