

H2 – Atemtest zum Nachweis einer Fructose-Unverträglichkeit

Inhalt des Testkits:

- ✓ 1 Mundstück mit Beutel und seitlich aufgesteckter Entnahme-Vorrichtung
- ✓ 5 Probenröhrchen mit Etikett versehen, fortlaufend nummeriert
- ✓ 1 SafetyBag
- ✓ 1 Beutel mit 25g Fruchtzucker (Fructose)
- ✓ 1 Testprotokoll
- ✓ 1 Rücksendekuvert
- ✓ 1 Auftragsformular (optional)

Vorsicht: Probenröhrchen enthalten ein Vakuum, deshalb nie öffnen, ansonsten sind diese unbrauchbar!

Wir bitten Sie folgende Punkte zu beachten:

1. Der Test sollte möglichst morgens durchgeführt werden
2. Am Tag des Tests, morgens nicht die Zähne putzen, nur mit Leitungswasser ausspülen
3. Keine ballaststoffhaltigen oder blähenden Mahlzeiten am Vortag (vermeiden Sie z.B. Mais, Hülsenfrüchte) essen. Als Abendmahlzeit eignet sich am besten Fleisch oder Fisch mit Reis
4. Der Test erfolgt nüchtern, d.h. **12 Stunden vor Testbeginn und während der Testdauer darf nichts gegessen, keine zuckerhaltigen Getränke konsumiert werden (auch keine Kaugummis und Bonbons)**. Erlaubt ist während der Testphase nur Wasser ohne Kohlensäure oder ungesüßten Tee in geringer Menge (maximal 250 ml/ Stunde).
5. 12 Stunden vor Testbeginn und auch während dem Test, darf nicht geraucht werden – auch nicht passiv
6. Nehmen Sie in der Woche vor dem Test keine Antibiotika, oralen Kontrastmittel und darmreinigenden Präparate zu sich. Mindestens drei Tage vor dem Test müssen Mittel gegen Durchfall, Verstopfung, z.B. Lactulose abgesetzt werden. Auch Füll- und Quellstoffe z.B. Flohsamen, Leinsamen etc. dürfen in dieser Zeit nicht eingenommen werden.
7. Der Test darf nicht innerhalb von drei Tagen nach Darmspiegelung, Röntgen des Dünndarms oder starken Abführmassnahmen durchgeführt werden.

So wird's gemacht:

Entnehmen Sie die nummerierten Probenröhrchen (1-5) aus dem SafetyBag und beschriften Sie diese mit Ihrem Namen und dem Testdatum. Nun lösen Sie den Inhalt des Beutels (Fructose) in 240ml warmem Wasser auf und rühren Sie die Testlösung solange, bis sich das Pulver vollständig aufgelöst hat.

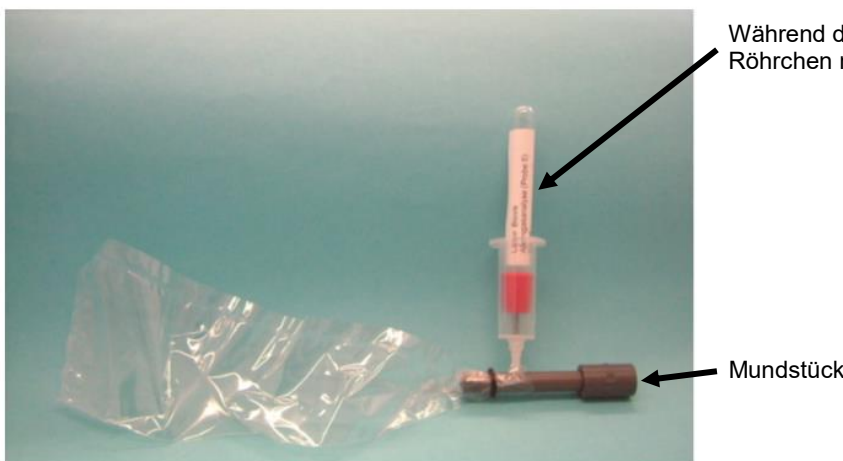
Testphase 1: Entnahme der Referenzprobe

Vor der Einnahme der Testlösung:

1. Nehmen Sie das Mundstück mit dem Atembeutel in eine Hand, während Sie das beschriftete Probenröhrchen Nr. 1 in der anderen Hand bereithalten
2. Atmen Sie ganz normal ein (nicht tief durchatmen) und pusten Sie anschliessend die Atemluft durch das Mundstück in den Beutel aus, so dass sich dieser langsam füllt
3. Während Sie noch ausatmen, der Beutel also noch mit Ihrer Atemluft gefüllt ist, stecken Sie das Probenröhrchen, mit der Gummistopfenseite, unter leichtem Druck auf die seitlich am Mundstück angebrachte Entnahme-Vorrichtung. Ihre Atemluft strömt nun in das mit Vakuum versehene Röhrchen. Erst wenn Sie vollständig ausgeatmet haben, ziehen Sie das Probenröhrchen wieder aus der Entnahme-Vorrichtung. Nun packen Sie es zurück in die Safet Bag.

Bitte verwenden Sie das Testbesteck gemäss untenstehendem Bild, so ermöglichen Sie eine korrekte Entnahme Ihrer Atemgasprobe

Während der Probengewinnung muss der Beutel mit Atemluft gefüllt sein. Der Kontakt von Mund und Mundstück darf nicht unterbrochen werden.



Gefahrenbeschreibung:

Bitte beachten Sie beim Umgang mit dem Entnahmebesteck: Nicht mit dem Finger in den Innenteil der Entnahme-Vorrichtung greifen, dort befindet sich eine spitze Nadel. **Es besteht Verletzungsgefahr!**

Bei Kindern wenden Sie Sich bitte nochmals an uns.

Testphase 2: Einnahme der Testlösung

1. Trinken Sie jetzt die Testlösung
2. Vermerken Sie die Uhrzeit des Beginns der Einnahme auf dem Testprotokoll

Testphase 3: Entnahme der Atemgasproben (Röhrchen Nr. 2-5)

1. Nach 30 Minuten, 1 Stunde, 2 Stunden, 3 Stunden (immer von der 1. Probe ausgehend) entnehmen Sie die weiteren Atemgasproben (wie bei Testphase 1 beschrieben). Vermerken Sie die Uhrzeiten der jeweiligen Atemgasprobenahme auf dem Testprotokoll
2. Legen Sie die befüllten Atemgasröhrchen zurück in das SafetyBag, dann in das Rücksendekuvent und fügen Sie das ausführlich beschriebene Testprotokoll, Auftragsformular (optional) hinzu. Senden Sie nun das voradressierte Rücksendekuvent samt Inhalt und Auftragsformular (optional) an das Labor

WICHTIG: Schreiben Sie alle Auffälligkeiten während der Testung auf das Testprotokoll

ACHTUNG: Nicht beschriftete Proben werden vernichtet

Haben Sie noch Fragen? – Wir helfen Ihnen gerne weiter!

Besten Dank, Ihr Laborteam

Testprotokoll H2-Atemtest zum Nachweis einer Fructose-Unverträglichkeit

Datum der Testdurchführung:	
Name:	
Geburtsdatum:	Körpergewicht:
Adresse:	

Testphase	Auszuführender Schritt	Testzeitpunkt	Uhrzeit
1	Referenzprobe entnehmen	Vor Einnahme der Testlösung	
2	Testlösung trinken	0	
3	2. Atemgasprobe entnehmen (Röhrchen Nr.2) 3. Atemgasprobe entnehmen (Röhrchen Nr.3) 4. Atemgasprobe entnehmen (Röhrchen Nr.4) 5. Atemgasprobe entnehmen (Röhrchen Nr.5)	nach 30 Min. nach 60 Min. nach 120 Min. nach 180 Min.	

Begleitinformationen unbedingt ausfüllen! Hier bitte die Auffälligkeiten während des Testablaufs angeben, wie z.B. das Auftreten von Beschwerden, Übelkeit, Blähungen etc.