

## H2-Atemtest bei Kindern

Liebe Eltern,

bei Ihrem Kind soll ein H2-Atemtest durchgeführt werden. Dieser Test ist geeignet zum Nachweis einer Unverträglichkeit von Fruktose (Fruchtzucker) und Laktose (Milchzucker).

Sie benötigen:

1. einen **Termin** in unserer Klinik (Terminvereinbarung unter 03998 438-5501)  
Falls bei Ihrem Kind eine Testung auf Fruktose und Laktose notwendig ist, sind zwei Termine im Abstand von mindestens 1 Woche erforderlich.
2. einen Einweisungsschein von Ihrem Kinder- bzw. Hausarzt
3. den Nachweis eines **negativen Corona-PCR-Test** bei Ihrem Kind (nicht älter als 48-72 h)

### Testprinzip

Normalerweise werden Laktose und Fruktose im Dünndarm gespalten und ins Blut aufgenommen. Geschieht dies bei Ihrem Kind nicht, gelangen Laktose bzw. Fruktose in den Dickdarm, wo Bakterien die Zucker verwerten und H2 bilden. Dadurch treten Darmbeschwerden wie Bauchschmerzen, wässrige Stühle und Blähungen auf. Die H2-Konzentration wird in der Ausatemluft gemessen.

### Vorbereitung für die Untersuchung

#### **14 Tage**

- **Kein Antibiotikum**
- Keine Darmspiegelung oder Darmspülung
- Kein orales Kontrastmittel
- Keine Nahrungsergänzungsmittel (Vitamine ...)

#### **Vortag der Untersuchung**

- **Ballaststoffarme Ernährung** (d.h. keine Vollkornprodukte, kein Obst, keine Obstsäfte, kein Gemüse, kein Salat), **kein Kaugummi, kein Zucker**  
Erlaubt sind Weißbrot, Käse, Reis, Nudeln, Schinken, Wurst.
- **12 Stunden vor dem Termin nichts mehr essen und trinken** (nur Leitungswasser oder stilles Mineralwasser sind bis 2 h vor dem Test erlaubt)
- Nicht rauchen

#### **Tag der Untersuchung**

- **Kein Frühstück**, eventuell ein Glas Leitungswasser
- **Nicht Zähne putzen, keine Mundspülung, nicht rauchen**
- Medikamente dürfen mit stillem Wasser eingenommen werden  
Ausnahme: Vitamine, Abführmittel, Antibiotika

### Testdurchführung

Nach der Nüchtern-Messung wird eine Testlösung verabreicht, die zügig getrunken wird. Die Untersuchung dauert bis zu drei Stunden. In dieser werden wiederholt Messungen der Ausatemluft durchgeführt. Ihr Kind bleibt dabei weiter nüchtern.

**Bitte bringen Sie Zeit und etwas zum Spielen oder Lesen mit.**

Wir freuen uns auf Sie.

Ihr Team der Kinderabteilung des KKH Demmin