

Przygotowanie do testów oddechowych (testy wodorowo i wodorowo-metanowe)

Czym jest wodorowy test oddechowy?

Wodorowy test oddechowy (HBT) umożliwia wykrycie wodoru w wydychanym powietrzu. Ta metoda diagnostyczna jest bezpieczna, bezbolesna i nieinwazyjna wykorzystywana w diagnostyce wielu dolegliwości gastroenterologicznych.

Obecność wodoru w wydychanym powietrzu jest produktem fermentacji w jelitach. Wodór wytwarzany przez bakterie w procesie fermentacji jest wchłaniany przez ścianę jelita, skąd trafia do krwiobiegu, a następnie do płuc. Dzięki temu można zmierzyć jego poziom w wydychanym powietrzu.

Fizjologicznie w powietrzu, które wydychamy, znajduje się niewielka, a nawet niewykrywalna ilość wodoru. Podwyższone stężenie wodoru w wydychanym powietrzu jest oznaką nieprawidłowego wchłaniania cukrów prostych.

Wodorowe testy oddechowe przeprowadza się z zastosowaniem tak zwanych substratów, którymi mogą być glukoza, laktuloza, laktoza i fruktoza.

Co oznacza podwyższone stężenie wodoru?

Nadmiar wodoru potwierdzony w teście diagnostycznym HBT wskazuje na problemy gastroenterologiczne.

Objawiają się one:

- wzdętym brzuchem,
- poczuciem dyskomfortu w obrębie jamy brzusznej,
- bólem brzucha,
- biegunkami.

Nasilona fermentacja wynika z:

- zaburzeń trawienia,
- złego wchłaniania składników,
- przerostu bakterii bytujących w jelicie cienkim, szczególnie beztlenowych.

PRZYGOTOWANIE DO BADANIA

Cztery tygodnie przed badaniem:

- **nie** przyjmować antybiotyków,
- **nie** należy poddawać się kolonoskopii i fluoroskopii.

Tydzień przed badaniem:

- **nie** przyjmować środków zagęszczających ani rozluźniających stolec,
- **nie** przyjmować witamin ani suplementów zawierających fruktozę jako środek aromatyzujący albo laktozę jako wypełniacz,
- **nie** przyjmować suplementów błonnika, Immodium ani Pepto Bismolu,
- **nie** przyjmować prebiotyków i probiotyków
- **nie** przyjmować inhibitorów pompy protonowej i antagonistów receptora H2

Trzy dni przed badaniem:

Na trzy dni przed badaniem pacjent powinien zastosować poniższą dietę*. Jeżeli pacjent nie ma pewności, czy dany produkt jest dozwolony, należy powstrzymać się od jego spożywania, aby uniknąć ewentualnego wpływu na wynik badania.

Produkty niedozwolone:

- ziarna zbóż i przetwory zbożowe,
- mleko i produkty mleczne,
- owoce i przetwory owocowe,
- warzywa,
- orzechy, nasiona i rośliny strączkowe,
- wszystkie produkty zawierające syrop kukurydziany o wysokiej zawartości fruktozy, produkty bezcukrowe, keczup, miód, musztarda, majonez itp.

Produkty dozwolone:

- pieczony lub grillowany kurczak, indyk lub ryba z małą ilością soli,
- biały ryż gotowany na parze,
- jajka,
- woda.

*Zaleca się stosowanie powyższej diety przez co najmniej 24 godziny. W przypadku pacjentów cierpiących na zaparcie zaleca się dietę trwającą dwa lub trzy dni, ponieważ przejście pokarmu przez jelito jest spowolnione.

12 godzin przed badaniem:

Nie przyjmować żadnych pokarmów na co najmniej 12 godzin przed badaniem. Pić tylko niegazowaną wodę. W dniu badania nie przyjmować leków.

UWAGA: jeśli pacjent jest diabetykiem i przyjmuje odpowiednie leki albo cierpi na chorobę, na którą może mieć wpływ stosowana dieta lub nieprzyjmowanie pokarmów, należy skonsultować się z lekarzem.

W dniu badania:

- nie przyjmować żadnych leków,
- nie żuć gumy ani cukierków,
- nie wykonywać ćwiczeń gimnastycznych,
- nie używać kleju do protez zębowych,
- na dwie godziny przed rozpoczęciem testu należy umyć zęby,