

Przygotowanie pacjenta do wykonania wodorowego testu oddechowego

- **Wodorowy test oddechowy jest przeciwwskazany u osób z hipoglikemią reaktywną**
- **Wynik może zafałszować również silna próchnica i duży stan zapalny w obrębie jamy ustnej**
- **Osoby chorujące na cukrzycę powinny o tym poinformować przed testem oraz przedstawić listę i dawkowanie leków ze względu na możliwą konieczność ich modyfikacji w dniu testu**
- **Test można wykonać jeśli przez 4-6 tygodni:**
 - Nie stosowano antybiotyków i leków, mogących zaburzyć wynik testu (nifuroksazyd, furazolidon, preparaty bizmutu)
 - Nie wykonywano kolonoskopii, fluoroskopii, enteroklizy lub barytowego wlewu doodbytniczego
 - Nie przeżyto epizodu biegunki infekcyjnej, hydrokolonoterapii, nie stosowano lewatywy lub nie zażywano silnych leków przeczyszczających
- **Na 1 tydzień przed testem:**
 - Należy odstawić zioła bakteriobójcze, probiotyki, inhibitory pompy protonowej.
- **Na 3 dni przed testem:**
 - Należy odstawić łagodne środki przeczyszczające, w tym laktulozę
- **Na 1 dzień przed testem:**
 - Należy odstawić betainę HCl, ocet jabłkowy, gorzkie krople żołądkowe i wszelkie inne „zakwaszacze” i „odkwaszacze” żołądka, enzymy trawienne oraz inne suplementy, zwłaszcza zawierające błonnik (nie odstawiać samodzielnie leków!)
 - Nie należy wykonywać wysiłku fizycznego.
- **1-2 dni przed testem zastosować dietę (jak niżej):**
 - 1 dzień, w przypadku biegunek lub objawów mieszanych z przewagą biegunek
 - 2 dni, w przypadku zaparć lub objawów mieszanych z przewagą zaparć
- **W dniu testu należy:**
 - Wstać minimum godzinę przed testem.
 - Być na czczo od 12 godzin, można pić wodę.
 - Tuż przed badaniem umyć zęby.
 - Nie żuć gumy, nie jeść cukierków, nie palić papierosów, nie używać kleju do protez.
 - Wziąć ze sobą coś do czytania (czas trwania testu to 3 godziny)
- **Podczas testu należy:**
 - Siedzieć w jednym miejscu, nie spacerować, nie spać.

DIETA PRZED TESTEM

Należy unikać:

- Mleka i soków owocowych
- Przypraw poza solą i pieprzem
- Kategoriecznie unikaj cebuli, czosnku i pora!
- Zielonej herbaty
- Ziołowych naparów
- Wody wysoko zmineralizowanej
- Wody gazowanej
- Słodzonych napojów
- Owoców i warzyw (ze względu na zawartość błonnika), szczególnie istotne jest unikanie warzyw i owoców wzdymających (np. kapusta, warzywa strączkowe)

Można spożywać:

- Mięso, ryby, jajka (więcej małych porcji)
- Dojrzałe sery żółte (Parmezan, Pecorino), nabiał bez laktozy
- Wywary mięsne (tylko na mięsie, bez warzyw)
- Oliwę z oliwek, olej kokosowy, masło klarowane (łyżka do gotowania)
- Sól, pieprz
- Wodę nisko mieneralizowaną
- Słabą kawę i słabą czarną herbatę (gorzką – bez słodzików i mleka, 1 filiżanka)

Wskazane jest spożywać więcej niedużych posiłków

Oświadczam, że zapoznałem/am się z przygotowaniem do wodorowego testu oddechowego i nie zataiłem/em żadnej z wymienionych chorób będących przeciwwskazaniem za do wykonania tego testu lub wymagających zgłoszenia.

.....

podpis pacjenta/ki