



PREPARAZIONE “H₂ BREATH TEST”

PREPARAZIONE

In caso di preparazione non scrupolosamente eseguita, **NON è possibile svolgere l'esame.**

È consigliabile rimandare l'esecuzione dell'esame in presenza di diarrea importante, di patologie intestinali acute (gastro-enteriti) ed in caso di recenti procedure diagnostiche a cui il paziente si è sottoposto (colonscopia).

È necessario rispettare alcune norme per la corretta riuscita del test stesso:

a) Nei 15 giorni che precedono l'esame, il paziente deve evitare l'assunzione di antibiotici.

b) Nei 7 giorni che precedono l'esame, il paziente non deve fare alcuna terapia a base di: fermenti lattici, procinetici e lassativi.

L'utilizzo di terapie con antibiotici o l'abuso di lassativi, può ridurre la flora intestinale, compromettendo il risultato del test.

c) Il giorno precedente l'esame:

Evitare:

- Carboidrati complessi e fibre (frutta, verdura, pane, pasta e legumi);
- Alcolici e bevande gassate;
- Caramelle e gomme da masticare;
- Condimenti ad eccezione di una ridotta quantità di olio.

Rispettare le seguenti istruzioni alimentari:

- **Colazione:** un bicchiere di tè o caffè d'orzo.
- **Pranzo:** riso bollito condito con poco olio, oppure carne/pesce ai ferri condito con poco olio.
- **Merenda:** tè o caffè d'orzo.
- **Cena:** riso bollito condito con poco olio, oppure carne/pesce ai ferri condito con poco olio.
- **Bevande:** acqua naturale o minerale non gassata.

d) Il giorno dell'esame:

- Essere a digiuno da almeno 8/10 ore;
- Evitare di bere acqua oppure, in caso di necessità, bere solo mezzo bicchiere di acqua non gassata;
- Evitare assolutamente di fumare;
- Evitare di sottoporsi a sforzi fisici eccessivi;
- È permesso lavarsi i denti.

e) Durante l'esame:

- Evitare di dormire;
- Evitare di bere (anche l'acqua);
- Evitare assolutamente di fumare;
- Segnalare eventuali sintomi in modo da agevolare l'interpretazione dell'esame.



In caso di intolleranza al lattosio, per maggiori chiarimenti ed informazioni utili riguardo la dieta da seguire e l'intolleranza stessa, è possibile rivolgersi all'Associazione Italiana Latto-Intolleranti Onlus (AILI), consultando il sito www.associazioneaili.it