

## Vorbereitung zum H<sub>2</sub>-Atemtest

Sofern bei Ihnen ein Atemtest geplant ist, beachten Sie bitte folgende Punkte im Vorfeld:

<p><b>Medikamente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 Wochen vor dem Test: Keine Antibiotika einnehmen</li><li>• 10 Tage vor dem Test: Keine magensäurehemmenden Medikamente</li><li>• 3 Tage vor dem Test: keine Abführmittel einnehmen</li></ul>	<p><b>Erlaubte Lebensmittel und Getränke 1 Tag vor dem Test:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fisch, Geflügel, Weissbrot, Gemüsebouillon mit weissen Nudeln oder Reis</li><li>• Ca. 100 g: Karotten, Zucchini, Tomaten etc. geschält und entkernt</li><li>• Margarine und Olivenöl</li><li>• Getränke: Tee, Wasser ohne Kohlensäure und Zusätze, allenfalls 1 schwarzer Kaffee ohne Zucker, ohne Milch</li></ul>
<p><b>Verboten an Lebensmitteln:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Süssigkeiten: Schokolade, Honig, Marmelade, Kaugummi und Bonbons</li><li>• Laktosehaltige Milchprodukte</li><li>• Früchte</li><li>• Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl-, Kraut oder Bohnengemüse</li></ul>	<p><b>12 Stunden vor dem Test bis zum Testabschluss:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Morgens nach dem Aufstehen: 1 Glas heisses trinkbares Wasser einnehmen</li><li>• Nichts essen und trinken (bis auf das Glas Wasser), nicht rauchen</li><li>• Keine Kaugummis und Bonbons, keine Haftcreme bei Prothesenträgern. Zähne dürfen geputzt werden</li><li>• Mind. 2 Stunden vor dem Test keine schweren körperlichen Aktivitäten</li></ul>