

## 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. 100g: 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 Lebensmittel (mindestens 2 Tage vor dem Termin):</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>