

Atemtest mit dem Gastrolzyzer

Das Prinzip des H₂ Atemtests:

Atemtests machen sich zunutze, dass im Magen-Darm-Trakt die vorhandenen Bakterien Substanzen spalten. Die dabei entstehenden Produkte gelangen in den Blutkreislauf und von dort in die Lunge, wo sie abgeatmet werden und dadurch gemessen werden können.

Beim H₂-Atemtest wird die Konzentration von Wasserstoff (H₂) gemessen, ein Produkt der Spaltung von Kohlenhydraten im Darm. Je nachdem, welche Funktion untersucht werden soll, wird eine Testsubstanz mit einem bestimmten Zucker verabreicht.

Atemtests haben den Vorteil, dass sie sicher und für den Patienten wenig belastend sind und deshalb sogar bei Kindern durchgeführt werden können. Vor allem die H₂-Atemtests sind sehr genau. Allerdings ist eine aktive Mitarbeit des Patienten erforderlich, damit der Test aussagekräftig ist. Sowohl bei der Vorbereitung (Ernährung am Vortag, nüchtern) als auch während der Untersuchung muss der Patient zuverlässig und geduldig mitmachen.

Wann wird ein H₂ Atemtest durchgeführt?

Mit dem H₂-Atemtest lassen sich Störungen der Verdauung bestimmter Nahrungsbestandteile im Dünndarm und dessen bakterielle Fehlbesiedlung nachweisen. Außerdem lässt sich die Zeit bestimmen, die der Nahrungsbrei braucht, um den Dünndarm zu passieren. Deshalb werden diese Untersuchungen bei Patienten mit Verdauungsstörungen wie Durchfälle, Blähungen und Übelkeit eingesetzt.

Laktose-H₂-Atemtest wird durchgeführt bei unklaren Durchfällen oder Blähungen, insbesondere bei Verdacht auf Laktose-Intoleranz. Dabei fehlt im Dünndarm ein Enzym, mit der die Laktose (Milchzucker) gespalten wird. Deshalb kann sie nicht aufgenommen werden, gelangt in den Dickdarm und wird dort von den Darmbakterien zersetzt. Das führt zu den Bauchschmerzen, Blähungen und Durchfall. Die - ungefährliche - Störung ist mit 20-25% Betroffenen in Westeuropa weit verbreitet und bessert sich durch entsprechende (laktosearme) Ernährung.

Fruktose-H₂-Atemtest wird durchgeführt bei unklaren Durchfällen, Blähungen, Luft im Bauch, Völlegefühl, Übelkeit und anderen uncharakteristischen Bauchbeschwerden, insbesondere bei Verdacht auf Fruktose-Intoleranz. Fruktose (Fruchtzucker) ist häufiger Bestandteil unserer Ernährung, der im Haushaltszucker, Obst und Honig vorkommt. Bei manchen Menschen ist die Aufnahme aus dem Dünndarm durch einen schlecht funktionierenden Transportmechanismus vermindert. Wie bei der Laktose-Intoleranz gelangt die Fruktose dann in den Dickdarm und führt zu Beschwerden. Auch hier hilft eine entsprechende Diät.

Durchführung eines H2 Atemtests:

Zu Beginn wird ein Nüchternwert ermittelt. Nach der Einnahme der Testsubstanz wird in bestimmten Zeitabständen die H₂ Konzentration in der Ausatemluft gemessen und dokumentiert. Zu jedem Messzeitpunkt werden auch eventuelle Symptome wie Blähungen, Durchfall, Übelkeit, Aufstoßen, Schwindel, Juckreiz, etc. festgehalten. Da sich Wasserstoff in Abhängigkeit von der Körperlage unterschiedlich verteilt, müssen die Messungen immer in der gleichen Position (vorzugsweise im Sitzen) durchgeführt werden. Körperliche Aktivität (z.B. Spaziergehen) zwischen den Messungen kann das Ergebnis ebenso verfälschen.

Der Test dauert ca. 3 Stunden. Während dieser Zeit muss der Patient/die Patientin in der Ordination anwesend sein.

Vorbereitung des Patienten/der Patientin auf den Test:

- Der Patient/die Patientin muss mindestens 14 Stunden vor dem Test nüchtern sein. In dieser Zeit darf nur Wasser getrunken werden.
- Am Tag vor dem Test sollten Milch und Fruchtsäfte gemieden werden.
- Am Tag vor dem Test sollten keine Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl, Kraut oder Bohnen gegessen werden.
- Die letzte Mahlzeit am Tag vor dem Test sollte nicht zu ausgiebig und leicht verdaulich sein (Reis, Nudeln, Weißbrot, ... Keine Milchprodukte, keine Früchte oder Fruchtsäfte.)
- 12 Stunden vor dem Test darf nicht mehr geraucht und kein Kaugummi gekaut werden.
- Medikamente dürfen mit reinem Wasser am Untersuchungstag eingenommen werden. Nicht eingenommen werden dürfen Vitaminpräparate, Antibiotika und Abführmittel (3 Tage vorher absetzen).
- Prothesenträger dürfen am Untersuchungstag kein Haftmittel verwenden!
- Am Morgen des Untersuchungstages ohne Zahnpasta Zähne putzen.
- Günstig ist es, wenn der Patient/die Patientin am Morgen des Untersuchungstages ein Glas heißes Wasser trinkt, da dies ein „Wash out“ der Darmbakterien fördert.

4 Wochen vor dem H₂ Atemtest :

- **Keine Antibiotika** einnehmen.
- **Keine Kolonoskopie/Irrigoskopie.**

Kosten:

50€ für einen Test/ 80€ für beide Tests (Fructose und Lactose)

Nachdem es sich bei den Nahrungsmittelunverträglichkeiten um keine Erkrankungen im eigentlichen Sinn handelt, gibt es keinen Kassenrückersatz für diese Leistung.

Privatversicherungen übernehmen die Leistung in der Regel