

# ANLEITUNG ZUM LAKTOSE-ATEMTEST

## Ist Ihr Test-Paket vollständig?

- 1 Patientenschein
- 1 Anleitung zum Selbsttest
- 5 Aufkleber für die Probenröhrchen
- 5 Glasröhrchen mit Metall-Verschluss
  - Achtung! Verschluss nicht entfernen, da sonst Vakuum entweicht!**
- 1 Mundstück mit Beutel und Entnahmeverrichtung mit Nadel
  - Achtung! Den Schutzgummi um die Nadel nicht entfernen.**
  - Hinweis: Im Beutel befindet sich ein kleines Loch – dieses ermöglicht den korrekten Atemfluss.**
- 25 g Milchzucker (Laktose)
- 1 gepolsterter und frankierter Rückumschlag

## Testvorbereitung

### Vorbereitende Planung

Die befüllten Teströhrchen sollten nach Testdurchführung möglichst noch am selben Tag an das Labor zurückgeschickt werden. Achten Sie bitte auf eine möglichst zeitnahe Leerung des Briefkastens.

Die Testdurchführung dauert gute 3 Stunden. Währenddessen kann es zu Beschwerden kommen – berücksichtigen Sie dies bei der Zeitplanung.

Achten Sie darauf, dass zwischen zwei Atemtests mindestens 2 testfreie Tage liegen.

Wir empfehlen die Testsubstanz bereits am Vortag vorzubereiten – gekühlt schmeckt es besser. Zubereitung siehe Punkt 3 unter Testdurchführung.

### 4 Wochen vor Testdurchführung

Keine Einnahme mehr von **Antibiotika**.

### 3 Tage vor Testdurchführung

Keine Einnahme mehr von **Mitteln zur Behandlung einer Obstipation (Verstopfung)**.

### 24 Stunden vor Testdurchführung

**Am Tag vor der Probengewinnung sollten Ballaststoffe sowie stark blähende Speisen gemieden werden.**  
(Bohnen, Lauch, Kraut, Linsen, Erbsen, Kohl, usw.)

### 12 Stunden vor Testdurchführung

Der Atemtest sollte nüchtern in den Morgenstunden durchgeführt werden:

**12 -16 Stunden vor Testbeginn und während der Testdauer sollte nicht gegessen und keine zuckerhaltigen Getränke (auch keine „Light-Getränke“ oder „Mineralwasser mit Geschmack“) konsumiert werden.**

Rauchen und Kaugummikauen sollte 12 Stunden vorher eingestellt werden.

### Am Tag der Testdurchführung

Am Morgen der Testdurchführung sollte ein Glas heißes bzw. warmes Wasser getrunken werden, um etwaige gasbildende Keime auszuschwemmen.

**Zähneputzen nur mit Wasser**, ohne Zahnpasta, keine Prothesenhilfsmittel verwenden.

Kein Schlafen oder Sport für mind. 1 Stunde vor und während des Tests – z.B. auch kein Treppenhochlaufen o.ä. .

Nach Testbeginn ist eine mäßige Flüssigkeitsaufnahme (stilles Mineralwasser oder ungesüßter Tee) möglich.

### Dosierung bei Kindern

Bei Kindern unter 6 Jahren ist eine Testdurchführung nicht möglich. Kinder ab 6 Jahre nehmen abhängig vom Körpergewicht nur einen Teil der Testlösung ein.

Körpergewicht -> Dosierung

15-18 kg -> 120 ml	29-34 kg -> 240 ml
18-21 kg -> 150 ml	35-39 kg -> 270 ml
21-25 kg -> 180 ml	>40 kg -> 300 ml
25-28 kg -> 210 ml	

## SIE HABEN FRAGEN?

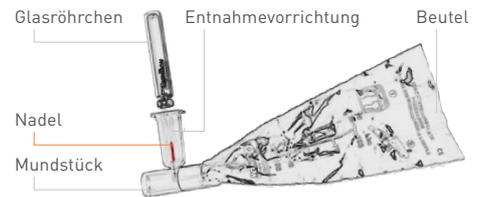
Rufen Sie uns unter **(030) 77001 - 700** an, gern helfen wir Ihnen weiter.

**WEITER AUF SEITE 2**

## Testdurchführung

### ACHTUNG! Verletzungsgefahr!

Nicht mit dem Finger in den Innenteil der Entnahmevorrichtung greifen.  
Dort befindet sich eine **spitze Nadel**.

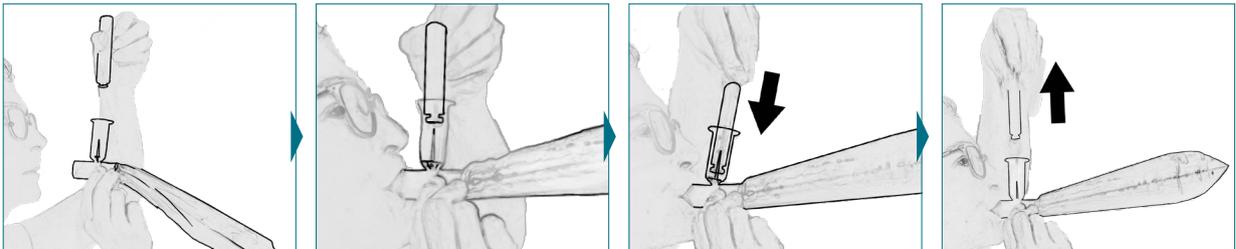


### Vor der ersten Probenentnahme

- Entnehmen Sie die Aufkleber 1-5, beschriften Sie diese mit Ihrem Namen und kleben Sie diese auf die Probenröhrchen.
- Legen Sie sich die Probenröhrchen fortlaufend nummeriert zurecht.
- Öffnen Sie das Gefäß mit der Laktose-Testsubstanz. Lösen Sie den Inhalt in 300 ml warmem Wasser. Rühren Sie bitte so lange, bis sich das Pulver vollständig gelöst hat. Sie können die Testlösung bereits am Vortag zubereiten und bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren – gekühlt schmeckt es besser.

### Durchführung Probe 1

- Die 1. Messung erfolgt vor der Einnahme der Laktose-Lösung (Bestimmung des Ausgangswerts).
- Nehmen Sie dazu das Mundstück mit dem Atembeutel in die eine Hand; das beschriftete Probenahmeröhrchen halten Sie bitte in der anderen Hand bereit.
  - Setzen Sie das Glasröhrchen Nr.1 bis zur Hälfte in die Entnahmevorrichtung. Der Metall-Verschluss sollte auf der gummierten Nadel liegen. **Achtung! Die Nadel darf den Stopfen noch nicht durchstechen!**
  - Setzen Sie das Mundstück an den Mund und atmen Sie normal durch die Nase ein. Anschließend atmen Sie durch den Mund aus und pusten die Luft in den Beutel, der sich mit Ihrer Atemluft auffüllt.
  - Kurz bevor Ihnen die Puste ausgeht**, drücken Sie das Probenröhrchen kräftig in die Entnahmevorrichtung/Hülse, sodass die dort angebrachte Nadel den Stopfen durchsticht. Atmen Sie dabei weiter aus.
  - Nach 1-2 Sekunden entfernen Sie das Probenröhrchen wieder aus der Entnahmevorrichtung. Fertig ist die erste Probenahme.
  - Trinken Sie anschließend die vorbereitete Laktose-Lösung.** Halten Sie die Probenabstände (siehe Kästchen unten) möglichst genau ein. Stellen Sie sich ggf. einen Wecker.



### Weitere Atemproben

- Nehmen Sie die Atemgasproben 2-5 in gleicher Weise wie Probe 1. Halten Sie folgenden Zeitabstände ein und notieren Sie die Uhrzeiten der Probennahme.

Probe Nr.	Minuten	Uhrzeit
1 (Ausgangswert)	0	_____
2	30	_____
3	60	_____
4	120	_____
5	180	_____

### Nach Probendurchführung

- Stecken Sie die Röhrchen **und den ausgefüllten und unterschriebenen Patientenschein** in den gepolsterten Rückumschlag.
- Bringen Sie den Umschlag möglichst noch am Tag der Testdurchführung in den Briefkasten oder geben Sie ihn in einer Postfiliale ab.

**SIE HABEN FRAGEN?** Rufen Sie uns unter **(030) 77001 - 700** an, gern helfen wir Ihnen weiter.