

## H2-teszt tájékoztató – vizsgálat laktózérzékenység kimutatására (hidrogén kilégzési teszt, laktóz intolerancia teszt, laktózfújás)

### Tisztelt Szülők!

A vizsgálat lázas, hurutos betegség esetén nem végezhető el. Kisebb gyermekek esetén a diéta szigorúságát az orvos szabja meg.

**Kérjük, hogy az alábbiakat szigorúan tartsák be, különben a vizsgálat hamisan kóros eredményt adhat!**

#### Nem szabad szedni a vizsgálat előtti:

- két héten belül antibiotikumot; probiotikumot
- egy héten belül savcsökkentőt és emésztésre ható gyógyszert
- két napon belül hashajtót

#### A vizsgálat előtti nap reggelétől diétázni kell:

- **nem szabad enni** gyümölcsöt; zöldséget, hüvelyes és puffasztó ételeket, főzeléket, és nem szabad enni olyan ételt sem, amiben zöldség főtt
- **nem szabad enni** tejterméket és tejet, laktóztartalmú élelmiszereket, tejes péksüteményt, csokoládét; olajos magvakat; jelentős mennyiségű zsírral és olajjal készült ételeket
- **nem szabad inni** szénsavas italt, gyümölcslét, alkoholt (dohányozni sem szabad)

#### Amit ehethet és ihat:

- főzve, natúr sütve vagy párolva: burgonya, rizs, sonka, szárnyasok, halak, tojás, tészta
- laktózmentes felvágott és virsli, laktózmentes margarin
- fehér lisztből készült kifli, zsemle, kenyér (magok nélkül)
- szénsavmentes ásványvíz

**19 óra után semmit nem szabad enni, 21 óra után pedig semmit nem szabad inni a vizsgálatig! A vizsgálat előtti este alaposan fogat kell mosni.**

A vizsgálat éhgyomorral történik, 3 órát vesz igénybe. A vizsgálat reggelén és közvetlenül a vizsgálat előtt még egyszer alapos, **fogkrém nélküli fogmosás** javasolt (a fogmosó vizet nem szabad lenyelni). Reggeli gyógyszereit a gyermek ne vegye be; ne használjon fogkrémet, szájjvizet, rúzst, rágót vagy cukorkát a vizsgálat előtt! Köszönjük együttműködésüket!

Szerkesztette és kiegészítette: dr. Novák Hunor – facebook.com/drnovakhunor

## H2-teszt tájékoztató – vizsgálat laktózérzékenység kimutatására (hidrogén kilégzési teszt, laktóz intolerancia teszt, laktózfújás)

### Tisztelt Szülők!

A vizsgálat lázas, hurutos betegség esetén nem végezhető el. Kisebb gyermekek esetén a diéta szigorúságát az orvos szabja meg.

**Kérjük, hogy az alábbiakat szigorúan tartsák be, különben a vizsgálat hamisan kóros eredményt adhat!**

#### Nem szabad szedni a vizsgálat előtti:

- két héten belül antibiotikumot; probiotikumot
- egy héten belül savcsökkentőt és emésztésre ható gyógyszert
- két napon belül hashajtót

#### A vizsgálat előtti nap reggelétől diétázni kell:

- **nem szabad enni** gyümölcsöt; zöldséget, hüvelyes és puffasztó ételeket, főzeléket, és nem szabad enni olyan ételt sem, amiben zöldség főtt
- **nem szabad enni** tejterméket és tejet, laktóztartalmú élelmiszereket, tejes péksüteményt, csokoládét; olajos magvakat; jelentős mennyiségű zsírral és olajjal készült ételeket
- **nem szabad inni** szénsavas italt, gyümölcslét, alkoholt (dohányozni sem szabad)

#### Amit ehethet és ihat:

- főzve, natúr sütve vagy párolva: burgonya, rizs, sonka, szárnyasok, halak, tojás, tészta
- laktózmentes felvágott és virsli, laktózmentes margarin
- fehér lisztből készült kifli, zsemle, kenyér (magok nélkül)
- szénsavmentes ásványvíz

**19 óra után semmit nem szabad enni, 21 óra után pedig semmit nem szabad inni a vizsgálatig! A vizsgálat előtti este alaposan fogat kell mosni.**

A vizsgálat éhgyomorral történik, 3 órát vesz igénybe. A vizsgálat reggelén és közvetlenül a vizsgálat előtt még egyszer alapos, **fogkrém nélküli fogmosás** javasolt (a fogmosó vizet nem szabad lenyelni). Reggeli gyógyszereit a gyermek ne vegye be; ne használjon fogkrémet, szájjvizet, rúzst, rágót vagy cukorkát a vizsgálat előtt! Köszönjük együttműködésüket!

Szerkesztette és kiegészítette: dr. Novák Hunor – facebook.com/drnovakhunor