

BREATH TEST ALL'IDROGENO (H₂) E METANO (CH₄) (LATTOSIO, LATTULOSIO, GLUCOSIO, FRUTTOSIO, SORBITOLO)

NORME DI PREPARAZIONE

VALIDE PER: TUTTE LE STRUTTURE DEL GRUPPO HUMANITAS

Informazioni per i pazienti

☒ **ALMENO 4 SETTIMANE PRIMA DEL TEST**

Non devono essere assunti antibiotici, poiché possono alterare i livelli di gas (H₂ e CH₄) nell'esperto.

☒ **ALMENO 1 SETTIMANA PRIMA DEL TEST**

Sospendere i seguenti farmaci almeno 7 giorni prima del test:

- **Procinetici**: metoclopramide, levosulpiride, clebopride, domperidone, prucalopride
- **Lassativi**: macrogol, lattulosio, composti del magnesio, bisacodile, senna, picosolfato di sodio, oli minerali, linaclotide

Nota bene: La sospensione dei farmaci è indicata solo se clinicamente possibile. Non va effettuata se il medico curante ha raccomandato di proseguire il trattamento per evitare conseguenze importanti. Non sospendere mai farmaci di propria iniziativa (es. pillola anticoncezionale): consultare sempre il medico prima di modificare la terapia.

Se sta assumendo altri farmaci non elencati sopra (ad esempio antipertensivi), può continuarli regolarmente.

☒ **IL GIORNO PRIMA DEL TEST**

Si raccomanda di **evitare alimenti fermentabili**, che possono aumentare la produzione di gas intestinali. In particolare è consigliato limitare l'assunzione di **fibre** e **carboidrati complessi** presenti in **pane e pasta** (soprattutto se **integrali**) e loro derivati, **patate** e altri tuberi, **legumi** (fagioli, ceci, lenticchie), **verdure amidacee** (es. mais, piselli). È inoltre opportuno evitare **latticini e derivati del latte** (panna, besciamella, creme, burro, etc.) e **formaggi** derivati da latte animale (mucca, capra, pecora); **alcolici** o **bevande gassate, caramelle o gomme da masticare**.

Sono invece consentiti: Yogurt magro, tutti gli alimenti a base di soia, latte di mandorla, di riso, noci, mandorle, avocado; verdure leggere come spinaci, broccoli, zucchine, lattuga,

rucola, cetrioli, pomodorini, olive; pollo alla griglia, uova, salmone al forno; fragole, kiwi; olio d'oliva, aceto.

☑ IL GIORNO DEL TEST

- Il paziente deve **essere a digiuno da almeno 12 ore** (è consentita solo acqua naturale).
- È **vietato fumare** nel giorno del test, poiché il fumo può alterare i risultati.
- Lavare accuratamente i denti con spazzolino e dentifricio. Risciacquare la bocca inizialmente con un collutorio a base di clorexidina allo 0,05% diluito in acqua, seguito da un secondo risciacquo con sola acqua. Evitare l'uso di collutori contenenti alcol, che potrebbero interferire con l'accuratezza del test.
- È raccomandato **evitare sforzi fisici o esercizio intenso** durante il test, in quanto l'iper-ventilazione può interferire con la misurazione dei gas.

In caso di preparazione non scrupolosamente eseguita, il personale sanitario si riserverà di decidere sull'esecuzione o meno dello stesso.

Una volta conclusa l'indagine, potrà riprendere l'alimentazione usuale e le normali occupazioni.

La durata dell'esame breath test al lattosio, lattulosio e al fruttosio è mediamente di 4 ore.
La durata dell'esame breath test al glucosio è mediamente di 2 ore.

⚠ I pazienti diabetici non possono eseguire il test al glucosio.

Documentazione necessaria il giorno dell'appuntamento

- Tessera sanitaria valida
- Documentazione clinica (esami e visite precedenti inerenti)
- Impegnativa del medico, ove previsto. La prescrizione medica deve riportare l'esame richiesto e il quesito diagnostico
- Eventuali certificati di esenzione dal pagamento del ticket sanitario