

Waterstofademtest

Allergologie

Binnenkort wordt bij u een waterstof-ademtest verricht in verband met de klachten die u heeft. In deze folder leggen we uit hoe deze test in z'n werk gaat.

Waarom een waterstof-ademtest

Door een waterstof-ademtest te doen bepalen we of er bij u een tekort is aan het enzym lactase. Dit enzym helpt bij het afbreken van melksuiker (lactose) in de darmen. Het enzym lactase wordt door bepaalde cellen in de dunne darm aangemaakt. Bij een tekort aan lactase vindt de afbraak van lactose onvoldoende plaats in de dunne darm. Hierdoor komt de lactose in de dikke darm waar het door darmbacteriën wordt omgezet in een aantal stoffen waaronder waterstofgas (H₂). Het waterstofgas wordt dan in de dikke darm opgenomen, komt vervolgens in het bloed en wordt hierna via de longen uitgeademd.

Hoe kunt u zich voorbereiden op de waterstof-ademtest

De waterstof-ademtest kan alleen doorgaan als u zich goed voorbereidt. Een goede voorbereiding houdt het volgende in:

1. Medicijngebruik

Tot uiterlijk 4 weken voor de test mag u antibiotica gebruiken, daarna niet meer. Gebruikt u antibiotica, overleg dan met uw arts of de waterstof-ademtest op korte termijn moet plaatsvinden of dat hij kan worden uitgesteld tot na de antibioticakuur. Tot uiterlijk 3 dagen voor de test mag u laxeermiddelen gebruiken, daarna niet meer. Als u diabetes mellitus hebt en insuline gebruikt, is het raadzaam over voor het onderzoek met uw arts te overleggen. U moet namelijk een aantal uur nuchter zijn. Wij raden u aan om insuline, uw insulinepen en de bloedsuikermeter mee te nemen naar het onderzoek. Alle andere medicijnen mag u gewoon blijven gebruiken.

2. Darmonderzoeken

In de 2 weken voor de test mag u geen colonoscopie hebben, omdat daardoor de darmflora tijdelijk is uitgeschakeld.

3. Dieet

Vanaf 2 dagen voor de test mag u de volgende voedingsmiddelen niet eten of drinken:

- erwten, bonen, kapucijners, linzen en andere peulvruchten;
- alle koolsoorten (ook spruiten, zuurkool en bloemkool);
- uien, prei, paprika, asperges, knoflook, taugé, champignons;
- voedingsmiddelen met een erg hoog gehalte aan vezels, zoals granen, zemelen (bijv. muesli), volkoren bruinbrood, noten, maïs en popcorn;
- alle melk(producten), karnemelk, yoghurt, (zure) room, kaas en ijs.

Vooraf de peulvruchten en de koolsoorten geven veel waterstof bij de vertering, dit kan van invloed zijn op de uitslag van de test.

Op de avond voor de test moet u (uiterlijk om 19 uur) een licht verteerbare maaltijd gebruiken, zoals wit brood, witte rijst, kip, eieren, visfilet of magere vleeswaren.

4. Nuchter op de dag van het onderzoek

Voor de test moet u nuchter zijn. Dat wil zeggen dat u de avond voor het onderzoek vanaf 19.00 uur niet meer mag eten en vanaf 24.00 uur ook niet meer mag drinken of roken. U mag ook geen kauwgom meer gebruiken. Op de ochtend van het onderzoek mag u alleen een klein beetje water drinken. U mag geen tandpasta gebruiken op de avond voor en de ochtend van het onderzoek. Heeft u een gebitsprothese, maak deze dan 24 uur voor het onderzoek schoon met alleen tandpasta en water. Daarna mag u de gebitsprothese alleen nog maar met water reinigen.

De waterstof-ademtest

Wij vragen u ten minste 10 minuten voor de afgesproken tijd aanwezig te zijn. Als u verhinderd bent, neem dan ten minste 48 uur voor de afspraak telefonisch contact op via 088 0100 900. Neem bij elk bezoek een legitimatiebewijs mee, dus ook als u niet voor de eerste keer komt. Als uw medicijngebruik of uw dieet sinds het laatste bezoek aan DC Klinieken is veranderd, neem dan contact met ons op.

U begint de test met het blazen door een mondstuk. Dit is de nuchtere meting. Als deze goed is verlopen, vragen we u 2 bekertjes lactose in water, de testdrank, helemaal op te drinken. Vervolgens doen we 6 metingen die steeds na een half uur plaatsvinden. In principe duurt het onderzoek dus ongeveer 3 uur. Bij iedere meting vragen we u om in het mondstuk te blazen. Tijdens het onderzoek kunt u diarree of lichte buikkrampen krijgen; deze nemen vanzelf af in de loop van de dag. Wij vragen bij elke meting ook naar eventuele (buik)klachten. Meld ze zelf ook aan de doktersassistente die de test uitvoert. Uiteraard is een toilet steeds beschikbaar.

De waarden die het meetapparaat aangeeft, kunnen stijgen en na een tijdje weer dalen. Als de waarden blijven stijgen, kan het onderzoek wat langer duren, maximaal 4 uur. Als de waarden dalen en u minder of geen klachten heeft, kunt u eerder naar huis.

Tijdens de test mag u niet eten, drinken of roken. Ook mag u geen zware inspanning verrichten. Wij raden u ten slotte aan iets te lezen mee te nemen, om de tijd tussen de metingen op een prettige manier door te brengen.

Na de waterstof-ademtest

U kunt na het onderzoek weer normaal eten en drinken. Ook kunt u zelfstandig naar huis. U krijgt de uitslag van het onderzoek van de arts die het onderzoek heeft aangevraagd.

Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: www.dcklinieken.nl/vergoedingen.

Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: www.dcklinieken.nl/contact of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.