

## H<sub>2</sub>-Laktose-Atemtest

Lactose wird bei Gesunden im Dünndarm durch Lactase gespalten und innerhalb des Dünndarms vollständig resorbiert. Bei Vorliegen eines Lactasemangels wird die Lactose nach Erreichen des Dickdarms von Bakterien zu H<sub>2</sub> metabolisiert, welches in der Ausatemluft erscheint.

### Indikationen zur Durchführung

- Verdacht auf primäre oder sekundäre Laktoseintoleranz
- Unspezifische abdominale Beschwerdesymptomatik wie Meteorismus, Flatulenz oder Völlegefühl

### Was muß vor dem Test beachtet werden?

- Nüchternphase von mindestens 12 Stunden
- Nikotinkarenz
- keine Antibiotikatherapie in den letzten 4 Wochen
- Keine Darmspülung in den letzten 2 Wochen
- keine Kohlenhydrat-reichen Mahlzeiten am Vortag (z.B. Bohnen, Vollkornbrot, Nudeln, Reis, Kartoffeln)

### Durchführung

Zu Beginn wird die 1. Atemprobe (Ausgangswert) gewonnen, dann 50 g Laktose in 200 ml kohlenstofffreiem Mineralwasser oder Tee getrunken. Nach 20, 40, 60, 80, 100, 120, 140, 160 und 180 Minuten werden weitere Atemproben zur H<sub>2</sub>-Konzentration in der Ausatemluft gewonnen. Die Beschwerden während und nach der Testung werden dokumentiert. Eine Laktoseintoleranz ist bei einem Anstieg der H<sub>2</sub> Konzentration von über 20ppm anzunehmen.