



## **Vorbereitung für Fruktose- und Laktose- Atemtest**

- 24 Stunden vor dem Test dürfen keine kohlenhydratreichen Nahrungsmittel (Nudeln, Kartoffeln, Vollkornbrot, Bohnen, Linsen) zu sich genommen werden. Die Einnahme von ballaststoffreichen Nahrungsergänzungsmitteln oder Abführmitteln muss ausgesetzt werden.  
Was Sie essen dürfen: z.B. Fleisch, Fisch, Gemüse, Eier, Salat ohne Dressing
- Ab 12 Stunden vor dem Test dürfen Sie keinerlei Nahrungsmittel mehr zu sich nehmen. (Weder Essen noch Trinken! Auch kein Wasser, Bonbons oder Kaugummi!)
- Nikotinabstinenz sechs Stunden vor und während des Tests
- Am Untersuchungsmorgen keine Zähne putzen/ keine Mundspülung benutzen!
- 2 Stunden vor und während des Testes keine körperliche Aktivität
- Der Test kann bis zu 3 Stunden dauern!

Haben Sie kürzlich Antibiotika eingenommen?

- **Ihre letzte Antibiotika Einnahme muss 3 Wochen her sein**