

Ordination Dr. Susanne und Ernst Oswald

Schulstr. 3/2, 3483 Wagram, www.aerztezentrum-wagram.at

E-mail: ordi.oswald@gmx.at, 0680/1224669

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Ihr Termin zur Fructose (Fruchtzucker) / Lactose (Milchzucker) Unverträglichkeits – Untersuchung ist am:

Diese Untersuchung ist ein Atemtest.

Es wird die Konzentration von Wasserstoff (H₂) in der Ausatemluft gemessen.

Beim Lactose Test wird auch der Blutzucker (aus der Fingerbeere) gemessen.

Sind sie Diabetiker, teilen sie uns das bitte mit.

Die Untersuchungsdauer beträgt ca. 2,5 Stunden.

Bitte beachten sie vor ihrer Untersuchung folgendes.

- * Darmuntersuchungen müssen 4 Wochen her sein
- * Antibiotika Therapien ebenfalls
- * 12 Stunden Rauchverbot, keine Kaugummi, Zähne putzen ist erlaubt
- * 14 Stunden nüchtern sein - Leitungswasser ist erlaubt
- * keine Prothesenhaftmittel am Untersuchungstag
- * Abführmittel (Laevolac, Laktulose) mindestens 3 Tage pausieren
- * ein Glas heißes Wasser mittags fördert die Darmtätigkeit und ein „Wash out“ der Darmbakterien
- * Medikamente (außer Vitamine, Abführmittel und Antibiotika) dürfen mit Leitungswasser genommen werden
- * Während der Untersuchung nichts trinken und wenig bewegen

am Vortag :

keine blähenden Speisen

keine Gewürze wie Zwiebel, Knoblauch, Kraut oder Bohnengemüse

keine Fertigprodukte z.B. „Packerlsuppe“

keine Lightgetränke und kein künstlicher Süßstoff,

kein Kaugummi, keine „Zuckerl“

keine Milchprodukte

kein Obst, Salat und Gemüse.

Nahrungsmittel, die den Test nicht beeinflussen:

Reis, Nudeln, Ei, Fleisch, Fisch, sofern es nur mit Salz gewürzt und leicht angebraten oder gedünstet ist.

Weißbrot vom Vortag, Öl und Pflanzenfett (Margarine).

Leitungswasser, schwarzer Kaffee, Schwarztee (ohne Milch und Zucker)!

Menüvorschläge zur Speisengestaltung am Vortag:

Frühstück: Kaffee oder Tee, keine Milch, kein Zucker, Weißbrot, Semmel, Toastbrot, Margarine, Schinken, Krakauer

Mittagessen: klare Suppe mit Einlage wie Nudeln etc., Fleisch (Huhn, Pute, Schweinefleisch oder Rindfleisch, natur gebraten, wenig salzen, Beilage mit Nudeln, Reis oder Kartoffel.

Abendessen: alle Sorten von Tee's oder Wasser, Weißbrot, Semmel, Toastbrot, Margarine, Schinken, Krakauer, Schnittkäse, die letzte Mahlzeit sollte vor 18.00 erfolgen.