Dr. med. Wolfgang Spitz
Dr. med. Ulrich Möhler
Dr. med. Ulrich Graefe
Dr. med. Christoph Sailer
Dr. med. Alexander Amann
Sandra Pfaffenbach
Dr. med. Michael Böhmig

Dr. Spitz & Kollegen
Gastroenterologie - Krumme Lanke

Liebe Patientinnen und Patienten,

Bauchbeschwerden wie z. B. Völlegefühl, Meteorismus (Blähungen), Schmerzen, Durchfall und/oder Verstopfung und vieles mehr sind Symptome, die nach aktuellen Untersuchungen bis zu 25 % der Menschen in unserem Land stark beeinträchtigen.

Oft wird dann die Diagnose Reizdarm gestellt ohne genauer nach etwaigen Ursachen und deren Lösungen zu suchen.

Häufig sind Unverträglichkeiten gegenüber Nahrungsmitteln (nicht zu verwechseln mit Allergien) Ursache der Beschwerden, insbesondere gegen Laktose (Milchzucker), Fruktose (Fruchtzucker) und Sorbit. Es handelt sich hierbei um unabhängig voneinander auftretende Störungen beim Abbau und der Aufnahme dieser häufig in der Nahrung zu findenden Zuckerstoffe. In der Regel besteht eine erbliche Veranlagung.

Die mangelnde Aufnahme/Resorption der genannten Stoffe führt im Dünndarm zu vielfältigen Problemen mit der Folge von Durchfall, Völlegefühl, Blähungen bis hin zu Herzrasen und Kopfschmerz/Migräne.

Mit einem H2-Atemtest lassen sich diese Unverträglichkeiten in der Regel eindeutig klären!

Nicht selten liegt aber auch eine Überbesiedlung des Dünndarms mit Darmbakterien („bakterielle Fehlbesiedlung“, „SIBO“) als Ursache der oben beschriebenen Beschwerden vor. In seltenen Fällen beides.

Hier hilft zur Klärung ebenfalls ein H2 Atemtest mit den Testsubstanzen Laktulose und/oder Glucose. Mit Laktulose lässt sich darüber hinaus noch die sog. Colontransitzeit ermitteln - zur Klärung von Darmträgheit/Verstopfung.

Alle genannten Tests werden in den offiziellen Leitlinien der deutschen Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen, dem offiziellen Verband der Gastroenterologen Deutschlands empfohlen. Sie sind Bestandteil der empfohlenen Diagnostik zur Klärung eingangs genannter Symptome.

Wir bieten:

Durchführung der Tests durch unsere geschulten Mitarbeiterinnen in den Räumen der Praxis. Ärztliche Befundung der Ergebnisse und auf Wunsch ärztliche Besprechung.

Testablauf und Voraussetzungen:

Sie leiden an einem oder mehreren eingangs genannter Symptome, also Blähungen, Völlegefühl, Bauchschmerz, Durchfall oder Obstipation?

Sie waren bereits in unserer Sprechstunde und haben eine Empfehlung zur Durchführung eines oder mehrerer H2-Atemtests bekommen? Ggf wurden Sie aber auch von einer/einem Kollegin/Kollegen zur Durchführung der Tests zu uns überwiesen?

Jeder Test muss an einem gesonderten Tag erfolgen. Pro Test sind ca. 3h Zeitaufwand einzuplanen.

Aktuell muss vor Testbeginn ein tagesaktueller negativer Coronatest vorliegen, dieser kann auch in unserer Praxis erfolgen.

Zu Beginn der Untersuchung pusten Sie tief über einen Mundstückadapter mit Ventil in einen handlichen Wasserstoff-Monitor, der die Wasserstoffkonzentration (H2) bestimmt. Dies ist der Ausgangswert. Bei einer erheblichen Erhöhung des Wertes liegen ggf. Umstände vor, die mit einer Durchführung des Tests nicht vereinbar sind. In diesem Fall wird Rücksprache mit unseren Ärzten/Ärztin gehalten. Eine korrekte Vorbereitung ist notwendig, damit der Ausgangswert verwendbar ist (s. unten). Sollte der Ausgangs-/Nüchternwert zu hoch ausfallen, so muss eventuell die Untersuchung für diesen Tag abgebrochen werden und Sie erhalten einen neuen Termin!!! Durch Falsch-HOHE-Werte würden Sie sonst ggf. eine Falsch-Positive Diagnose erhalten bzw. der Test ist nicht verwertbar!

Ist der Ausgangswert verwertbar, erhalten Sie ein Glas Flüssigkeit mit einem gelösten Zucker z. B. 50g Laktose und sollten es zügig austrinken. Anschließend wird in Zeitabständen von 15 Minuten in der Atemluft (in der letzten Portion!) erneut die Wasserstoffkonzentration gemessen. Sie blasen in das Mundstück (wie bei einer Flöte), bis der letzte Rest der Atemluft in das Mundstück gelangt.
Die Untersuchung dauert mindestens 2 – 2,5 Stunden, da der getrunkene Zucker erst in den Dickdarm gelangen muss. Gelegentlich treten bei einer Verzögerung des Transportes auch erst am Nachmittag typische Beschwerden auf (Blähungen, Durchfall).

Das Gerät zeigt Ihnen die Messwerte der H2-Ausscheidung in der Atemluft an. Sie tragen diese Werte zusammen mit einer Beschreibung etwaiger Symptome die zeitgleich auftreten in ein Untersuchungsprotokoll ein.

Vorbereitung: 72 Stunden (3 Tage) vorher:

- Medikamente absetzen, die die Verdauung hemmen oder fördern bzw. die Aufnahme von Medikamenten fördern (z. B. Paspertin, MCP, Propulsin)
- keine Untersuchung wie Koloskopie oder Röntgen mit Dünndarm-Doppelkontrast Sellink bzw. RÖ MDP oder starken Abführmaßnahmen
- kein akuter Durchfall

Ab Vortag der Untersuchung ab 14h:

- Letzte Kohlenhydrate, z. B. Nudeln, Brötchen, Süßigkeiten usw. nicht später als 20 Uhr!!
- Zum Abend nach 20 Uhr höchstens eine klare Suppe oder Natur-Joghurt. Damit Sie am Untersuchungstag nicht umsonst kommen und Sie sich hinterher falsch ernährt haben und der Ausgangswert schon zu hoch ist, essen Sie ab 20 Uhr dann besser gar nichts mehr, wenn Sie nicht wissen, was Kohlenhydrate sind.
- Am Vortag keine blähenden Speisen (z. B. Bohnen, Kohl, Zwiebeln usw.)
- Am Vortag keine Quell- und Füllstoffe, z. B. Weizenkleie, Flohsamen, Mucofalk, Leinsamen

Am Untersuchungstag:

- kein Nikotin
- keine kohlensäurehaltigen Flüssigkeiten (z.B., Cola, Fruchtsäfte, Sprite), keine Milch
- keine feste Nahrung (= nüchtern), - keine Süßigkeiten (auch keinen Kaugummi oder Bonbons)
- Keine Bonbons oder Kaugummis vor der Untersuchung!!!!
- stilles Wasser dürfen Sie bis 1 Std. vorher trinken
- notwendige Blutdruck-/Herzkreislauf- oder Diabetesmedikamente sollten eingenommen werden, Asthmaspray wenn möglich morgens früh noch weglassen

Verhalten während des H2-Atemtests:

- Keine körperliche Anstrengung
- nicht Rauchen
- nicht essen und trinken, bis der Test vollständig abgeschlossen ist
- Dauer des H2-Atemtests: ca. 2-2,5h Stunden

Auswertung:

Bei einer eindeutig vorliegenden oder ausgeschlossenen Intoleranz werden Sie unsere Praxis bereits mit einer gesicherten Diagnose verlassen. In Grenzfällen wird einer unserer Ärzte eine Empfehlung erstellen. In jedem Fall erhalten Sie einen schriftlichen Befund. Im Falle eines positiven Testergebnisses zusammen mit einer Diätempfehlung.

Kosten: gemäß GOÄ (ärztliche Gebührenordnung)

Ziffer	Beschreibung für Laktose	Kosten	
617	Gasanalye in der Exspirationsluft	35,78 €	
75	Ausführlicher Befundbericht	17,43 €	
	Laktose	2,70 €	
	Porto	0,85 €	optional
3	ärztliches Gespräch	20,11 €	optional
	Covid Schnelltest	16,00 €	optional
		92,87 €	

Ziffer	Beschreibung für Fruktose	Kosten	
617	Gasanalye in der Exspirationsluft	35,78 €	
75	Ausführlicher Befundbericht	17,43 €	
	Fruktose	1,91 €	
	Porto	0,85 €	optional
3	ärztliches Gespräch	20,11 €	optional
	Covid Schnelltest	16,00 €	optional
		92,08 €	

Ziffer	Beschreibung für Sorbit	Kosten	
617	Gasanalye in der Exspirationsluft	35,78 €	
75	Ausführlicher Befundbericht	17,43 €	
	Sorbit	1,36 €	
	Porto	0,85 €	optional
3	ärztliches Gespräch	20,11 €	optional
	Covid Schnelltest	16,00 €	optional
		91,53 €	

Ziffer	Beschreibung für Glukose/Laktulose	Kosten	
617	Gasanalye in der Exspirationsluft	35,78 €	
75	Ausführlicher Befundbericht	17,43 €	
	Glukose/Laktulose	2,70 €	
	Porto	0,85 €	optional
3	ärztliches Gespräch	20,11 €	optional
	Covid Schnelltest	16,00 €	optional
		92,87 €	