



Privatarztpraxis mit Schwerpunkt
Labordiagnostik bei funktionellen
Darmbeschwerden und Dyspepsie



Anleitung bei Anforderung eines Atemtests

Bitte lesen Sie diese Anleitung aufmerksam durch,
bevor Sie mit dem Probensammeln beginnen.



Wichtiger Hinweis zu den Testsubstanzen!

Bitte beachten Sie, dass die Testsubstanzen wie Laktulose, Laktose, Fruktose, Sorbit und Inulin nicht im Lieferumfang dieses Probenentnahme-Sets enthalten sind. Sie sind jedoch nicht verschreibungspflichtig und können daher in jeder Apotheke erworben werden. Unsere Kunden erhalten diese Testsubstanzen von einer mit uns kooperierenden Apotheke. Die Kosten für diese Substanzen sowie die Versandgebühren sind bereits im angegebenen Preis inbegriffen. Im Falle, dass aus organisatorischen Gründen eine Bereitstellung der Substanzen nicht möglich sein sollte, werden wir Sie gesondert darüber informieren.



Inhalt

- 4** Kurzanleitung der Gebrauchsanweisung
- 5** Maßnahmen zur Vorbereitung eines Atemtest
- 6** Beispiel-Tagesplan zur Vorbereitung eines Atemtest
- 6** 12-Stunden-Diät – Erlaubte Lebensmittelprodukte
- 7** Wichtige Hinweise für einen Atemtest
- 8** Etikettierung der Probenröhrchen
- 9** Beispiel-Zeitplan zur Atemtestdurchführung
- 10** Abnahme der Atemluftproben
- 11** Versand der Atemluftproben

Kurzanleitung der Gebrauchsanweisung



Dauer:
3 Stunden

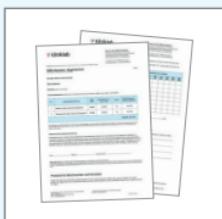


Teströhrchen:
10 Stück



Entnahmeintervall:
alle 20 Minuten eine Probe

Bestimmung: H₂, CH₄, CO₂ und ggf. H₂S (geplant)



Begleitschein
ausfüllen und
unterschreiben



Testsubstanz in
200 ml Raum-
temperaturwasser
auflösen



Barcode-Etiketten
bekleben



Entnahme der
Atemluftprobe in
das Glasröhrchen
N1



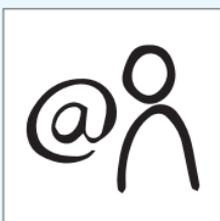
Einnahme der
Testsubstanz



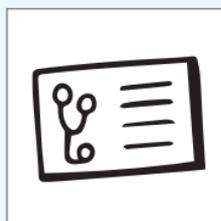
Entnahme der
Atemluftproben in
die Glasröhrchen
N2 bis N10



Verpacken und
an das Labor
versenden



E-Mail zum
Auftragsabschluss
erhalten



Laborbefund im
Kundenportal
ansehen

Bei Fragen zur Durchführung eines Atemtests können Sie uns jederzeit unter +49 (0) 339135010 erreichen.

Maßnahmen

zur Vorbereitung eines Atemtest



Das Missachten dieser Anleitung kann die Ergebnisse des Atemtests verfälschen.

1. Eine **Antibiotika-Therapie** sollte mindestens 4 Wochen vor der Testdurchführung abgeschlossen werden.
2. Die Einnahme von **Präbiotika** und **Probiotika** sollte 24 Stunden vor dem Atemtest gestoppt werden.
3. Falls möglich, sollten **Medikamente gegen Verstopfung** 2 Tage vor dem Atemtest gestoppt werden. Alle anderen Medikamente sind erlaubt!
4. Beginnen Sie die **spezielle Diät nach dem Essensplan** 24 Stunden (bestenfalls ab 07:00 Uhr am Vortag) vor der Testdurchführung.
5. Bitte **rauchen** Sie 24 Stunden vor dem Atemtestbeginn (bestenfalls ab 07:00 Uhr am Vortag) sowie während der gesamten Testdauer (180 Minuten) nicht. Sie dürfen während dieser Zeit **keinen Alkohol und keine zuckerhaltigen Getränke** trinken. Das Trinken von Wasser ohne Kohlensäure ist erlaubt.
6. Bleiben Sie bitte 12 Stunden vor Testbeginn (bestenfalls ab 19:00 Uhr am Vortag) **nüchtern**.
7. Bitte beginnen Sie den Atemtest am frühen Morgen schon um 06:50 Uhr. Während des gesamten Atemtests dürfen Sie **nur mäßig Mineralwasser ohne Kohlensäure** trinken. Vor dem Testbeginn können Sie Ihre Zähne normal putzen.
8. Bitte betreiben Sie während des gesamten Testablaufs (180 Minuten) **keine körperlichen Aktivitäten**.

Beispiel-Tagesplan

zur Vorbereitung eines Atemtest

Vortag

- 07:00 Uhr** Sie beginnen die 12-Stunden-Diät. Während dieser Diät sind nur kohlenhydratarme Lebensmittel erlaubt.
- 19:00 Uhr** Sie bleiben ab diesem Zeitpunkt nüchtern.

Testtag

- 06:50 Uhr** Sie nehmen die Atemluftprobe N1 (Basalwert) ab und bereiten die Testlösung vor.
- 07:00 Uhr** Sie trinken die Testlösung aus und starten die Stoppuhr. Anschließend sammeln Sie alle 20 Minuten einer der 9 Atemluftproben.

12-Stunden-Diät

Erlaubte Lebensmittelprodukte

- Öl sowie Salz und Pfeffer
- Hühnereier
- Reis
- Huhn und Truthahn
- Mageres Rind- und Schweinefleisch
- Meeresfrüchte
- Kaffee und Tee (ungesüßt), stilles Wasser

Für mehr Informationen zu den nicht erlaubten Produkte oder für Vegetarier:innen und Veganer:innen, können Sie unsere Seite besuchen. Unter Blog und „Diätplan der niedrigeren FODMAP-Diät“ finden Sie in der 1. Tabelle alle kohlenhydratreichen Lebensmittel, die Sie während der Vorbereitung vermeiden sollten. **Die hier nicht aufgeführten Lebensmittel** sind während der 12-Stunden-Diät erlaubt.

Wichtige Hinweise

für einen Atemtest

1. Unsere Atemtests sind für Kinder unter 12 Jahren **nicht** geeignet.
2. Bei angeborener Fruktose-Intoleranz darf der Atemtest nicht durchgeführt werden.
3. Bei bekannten Allergien (nicht zu verwechseln mit Intoleranzen) auf Laktulose, Laktose, Fruktose oder Sorbit dürfen unsere Atemtests **nicht** durchgeführt werden.
4. Kontaktieren Sie die Nothilfe umgehend, wenn Sie Anzeichen **einer sofortigen, allergischen Reaktion** haben – diese sind u.a. Nesselsucht, Schwierigkeiten beim Atmen sowie Schwellungen an Gesicht, Lippen, Zunge oder Rachen.
5. Die Testsubstanzen für unsere Atemtests dürfen nach Ablauf des Haltbarkeitsdatums (siehe Etikett des Herstellers) nicht mehr verwendet werden.
6. Unsere Atemtests haben keinen diagnostischen Nutzen und dürfen nicht bei Alarmsymptomen angefordert werden. Dazu zählen u.a. ein unklarer Gewichtsverlust, Fieber, nächtliche Schweißausbrüche, Gelbsucht, blutiger Stuhl oder Teerstuhl, Lymphknotenschwellungen oder andere akute, anhaltende und/oder therapieresistente Symptome.
7. Während der Vorbereitung und Durchführung eines Atemtests kann die Glucose-Konzentration im Blut steigen oder sinken. Bei **Diabetes Melitus** müssen Sie aus diesem Grund ggf. die Insulin-Dosis anpassen. Bitte sprechen Sie deshalb die Planung des Atemtests unbedingt mit Ihrem behandelten Arzt ab.
8. Die Bestandteile des Probenentnahmesets müssen außer Reichweite von Kleinkindern aufbewahrt werden.

Etikettierung der Probenröhrchen



Alle Glasröhrchen müssen mit einem Barcode-Etikett versehen werden. Proberöhrchen ohne Barcode können wir nicht analysieren.



Bitte kleben Sie das Barcode-Etikett **senkrecht** auf das Röhrchen.



Bitte verwenden Sie **nur 1 Etikett pro Probe!**



Bitte kleben Sie die Barcode-Etiketten gerade auf die Röhrchen. Achten Sie darauf, dass **keine Ecken** abstehen.



Bekleben Sie **jedes Glasröhrchen** mit einem **farblich markierten Etikett (10x)**. Wir empfehlen Ihnen, sich diese vor der Durchführung des Atemtests in der entsprechenden Reihenfolge zurechtlegen.

Beispiel-Zeitplan zur Atemtestdurchführung



Bitte tragen Sie die **Uhrzeiten und Beschwerden** in das Testprotokoll ein. Diese finden Sie auf der Rückseite des beigefügten Begleitscheines.

Abnahme der Atemluftproben



Stecken Sie den Strohhalm in das Röhrchen. Halten Sie dabei das Glasröhrchen in der linken und den weißen Verschluss in der rechten Hand.



Atmen Sie zuerst normal ein und halten Sie den Atem für 3 Sekunden an. Danach atmen Sie langsam durch den Strohhalm aus. Während Sie ausatmen, ziehen Sie das Röhrchen langsam vom Strohhalm weg, während Sie den Strohhalm weiterhin mit den Lippen festhalten und kontinuierlich ausatmen.



Schrauben Sie den Verschluss schnell auf.

Bitte nicht überdrehen!



Rühren Sie die Testsubstanz in ein Glas mit etwa 200 ml Raumtemperaturwasser, bis sich die Testsubstanz vollständig aufgelöst hat. Trinken Sie die Lösung langsam aus.

 **Starten Sie die Stoppuhr.**

Die weiteren Atemluftproben müssen alle 20 Minuten in den Glasröhrchen N2-N10 gesammelt werden. Die Video-Anleitung dazu können Sie sich auf unserem **YouTube-Kanal kliniklab.de** ansehen.



Versand der Atemluftproben



Packen Sie die **10 Glasröhrchen** in die Schaumfolientasche.



Legen Sie die Schaumfolientasche mit den Glasröhrchen in den Plastikcontainer. Verschließen Sie den Container gut.



Legen Sie den Plastikcontainer und den **Begleitschein** in der frankierten Versandtasche (oder in den Versandkarton) mit Adressaufkleber.

Verschließen Sie die Versandtasche (oder den Versandkarton) und sichern Sie die Öffnung zusätzlich.



Bringen Sie den Versandkarton zur nächsten Poststelle. Die Glasröhrchen sind durch einen Hartplastikbehälter geschützt. Falls diese in der Versandtasche versendet werden sollten, können Sie sie einfach in den Briefkasten werfen.



Verantwortlicher:

kliniklab

Privatarztpraxis mit Schwerpunkt
Labordiagnostik bei funktionellen
Darmbeschwerden und Dyspepsie

Zur Mesche 20 · 16816 Neuruppin
info@kliniklab.de · www.kliniklab.de
Telefonnummer: +49 (0) 339135010