



TEST DE HIDROGENO ESPIRADO

PARA INTOLERANCIA A LA LACTOSA

PARA OBTENER UN RESULTADO FIABLE LE ROGAMOS QUE SIGA LAS SIGUIENTES INDICACIONES:

1. **La prueba dura 3 horas.**
2. La prueba debe realizarse con un **ayuno de 8 horas como mínimo** (tanto de alimentos como de bebidas).
3. Se recomienda a los pacientes realizar enjuagues bucales antes de la realización de la prueba, para evitar que algunas bacterias orofaríngeas puedan degradar el sustrato a su paso por la boca y produzcan H₂ y/o CH₄.
4. **24 horas antes** de comenzar la prueba, el paciente no debe haber ingerido judías, pasteles, grandes cantidades de manzana, cebolla, col, pan fresco horneado ni ninguna otra comida de difícil digestión.
5. **No fumar.**
6. **No mascar chicle** antes ni durante el tiempo que dure la prueba, ya que usualmente contienen Sorbitol, el cual puede ser fermentado para formar hidrógeno en el sistema intestinal.
7. **No realizar ningún esfuerzo físico**, al menos 30 minutos antes de la prueba y durante el tiempo que dure.
8. Durante el mes anterior al test **no tomar tratamiento antibiótico**, siempre consultando previamente a su médico.
9. No realizarse la prueba a pacientes que recientemente le hayan realizado una endoscopia o un lavado intestinal, se recomienda que hayan pasado 4 semanas.
10. En el caso de que la prueba sea con fructosa, está contraindicada para los pacientes con intolerancia hereditaria a la fructosa.