



## TEST DE HIDROGENO ESPIRADO

### PARA LA INTOLREANCIA 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 12 horas como mínimo** (tanto de alimentos como de bebidas).
3. Enjuagarse la boca con un antiséptico bucal (Oraldine o similar) la noche antes y la mañana en la que va a realizarse la prueba.
4. **El día anterior** a la prueba no tomar alimentos que contengan fibra (frutas y vegetales), ni fécula (pan, patatas, cereales y leguminosas). **SOLO PUEDE tomar:** carne, pescado. Huevos y lácteos.
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. 15 días antes de realizar el test **no tomar tratamiento antibiótico**, siempre consultando previamente a su médico.
8. No ingerir medicamento laxantes ni antidiarreicos en los 2 días anteriores al estudio.
9. No realizarse en los días previos ninguna prueba que precise aplicación de enema.