

## H2 ATEMTESTVORBEREITUNG

Liebe Patientin, lieber Patient,  
bei Ihnen steht ein Atemtest an.

Für diese Untersuchung dürfen Sie **14 Tage vorher kein Antibiotikum einnehmen.**

**7 Tage** vorher **keine Magenspiegelung oder Darmspiegelung** stattgefunden haben.

Bitte bereiten Sie sich wie folgt vor:

**3 Tage vor der Untersuchung** dürfen Sie **keine ballaststoffreiche Nahrung** oder andere **unverdauliche Kohlenhydrate** (z.B. Vollkornbrot, Bohnen, Erbsen, Linsen, Kohl), **keine Füll-/Quellstoffe** wie Leinsamen oder Flohsamenschalen essen

Erlaubte Nahrungsmittel:	Verbotene Nahrungsmittel:	In geringen Mengen erlaubt:
Fisch, Garnelen	Milchprodukte, Eier	Nüsse
Geflügel	Süßes jeglicher Art, Süßstoffe	Karotten
Weißbrot	Fleisch (außer Geflügel), Muscheln	Zucchini
Nudeln, Reis	Hülsenfrüchte, Obst, Müsli, Blattsalate	Avocado
Spargel	Blähendes Gemüse	Tomate
Laktosefreie Milchprodukte	Alkohol, Fruchtsäfte, Tee mit Zucker, Eistee, Cola, Fanta, Sprite	
Stilles Wasser, Tee	Pizza, Frittiertes	

## **1 TAG VOR DER UNTERSUCHUNG**

Sie dürfen am Vortag der Untersuchung bis abends 20.00 Uhr leichte Kost zu sich nehmen.

**Dies könnte z.B. so aussehen:**

**Frühstück:** Helles Brötchen oder Weizenmischbrot, wenig Butter oder Margarine, wenig Marmelade, Geflügelwurst oder fettarmer Käse.

**Mittag-/Abendessen:**

Reis oder Kartoffeln (salzen erlaubt), mageres Fleisch ohne Sauce, gedünstetes Gemüse

**Ab 20:00 Uhr** müssen Sie nüchtern bleiben, also nichts mehr essen und nichts mehr trinken!!!!

Keine kalorienhaltige Getränke mehr (gezuckerte Getränke, Tee mit Zucker, Eistee, Cola, Fanta, Sprite und Säfte)

## **AM TAG DER UNTERSUCHUNG:**

- nüchtern bleiben (nicht essen, nicht trinken)
- keine Tabletten einnehmen
- nicht rauchen
- nicht die Zähne putzen
- keine Mundspüllösung verwenden
- kein Kaugummi kauen
- keine Bonbons
- kein Lippenstift/Lippenpflegestift benutzen
- keine Gesichtscreme verwenden

Sollten Sie noch Fragen hierzu haben, steht Ihnen unser Praxisteam unter folgender Telefonnummer zur Verfügung: Tel 02381- 9871200 oder aber per E-Mail unter: [info@aerztezentrum-hamm-norden.de](mailto:info@aerztezentrum-hamm-norden.de).

**Wir wünschen Ihnen eine gute Vorbereitung auf die Untersuchung und natürlich auch ein gutes Untersuchungsergebnis.**

*Ihr Praxisteam*