

METÁN(CH₄) – HIDROGÉN(H₂) kombinált KILÉGZÉSI TESZTEK

Betegtájékoztató

Mikor indokolt a kilégzési teszt?

Kilégzési tesztek végzése akkor indokolt, ha hosszabb ideje fennálló hasi panaszok, mint puffadás, gyakori hasmenés, székrekedés, emésztési problémák, bizonytalan eredetű hasfájás háttérében álló szervi elváltozás nem igazolódik. Jellemző, hogy ezen tünetek jelentkezése összefüggésbe bizonyos ételféleségek, például tej-, tejtermék, gyümölcs, hozzáadott cukrot tartalmazó élelmiszerek fogyasztásával.

A kilégzési tesztek alapelve, hogy a teszt-anyagok (laktulóz, laktóz, fruktóz) bélbaktériumok által történő lebontása gáz-képződéssel jár, mely a vérbe jutva a kilélegzett levegő összetételének változását okozza.

Nagy segítséget jelentenek a bélflóra összetételének megváltozásai (vékonybél-kontamináció vagyis SIBO, illetve metán-termelők elszaporodása vagyis IMO), laktóz-intolerancia és fruktóz-felszívódási zavar vizsgálatában.

A kilégzési tesztek során leggyakrabban a hidrogén-gáz koncentráció változásának mérése történik. **A kombinált, hidrogén- és metán-gáz kilégzési teszt pontosabb diagnózist és hatékonyabb kezelést tesz lehetővé**, mivel a metán-termelő baktériumok túlsúlyba kerülésekor a hidrogén-mérés fals negatív eredményt adhat. Ennek elsősorban székrekedéses panaszok esetén van jelentősége.

A hidrogén-metán kombinált kilégzési tesztek alkalmazása a gyakorlatban

- Laktulóz kilégzési teszt

alkalmazása: kontaminált vékonybél-szindróma (angol rövidítése SIBO) és metán-termelők túlszaporodása (angol rövidítése IMO) gyanúja

Laktulóz teszt-anyagot használunk, mely nem emészthető, csak a bélbaktériumok által lebomló szénhidrát. Kontaminált vékonybél-szindróma a hidrogén-kilégzési értékek, míg a metán-termelő baktérium-törzsek túlszaporodása a metán-koncentráció változását eredményezi.

- Laktóz kilégzési teszt

alkalmazása: laktóz-intolerancia, vagyis a tejcukor-bontó enzim hiányának gyanúja

Laktóz, vagyis tejcukor teszt-anyagot használunk. Laktóz-intolerancia esetén a teszt-anyag bakteriális bomlása következik be, mely hidrogén- és /vagy metángáz-termeléssel jár.

- Fruktóz kilégzési teszt

alkalmazása: gyümölcs-cukor felszívódási zavar gyanúja

Fruktózt, vagyis gyümölcs-cukor teszt-anyagot használunk. Fruktóz felszívódási zavar esetén a gyümölcscukor bakteriális bomlása, következményes hidrogén- és /vagy metángáz-termelés jelentkezik.

Mindhárom vizsgálat alatt és akár után is, előfordulhat fokozott gázképződés, puffadás, hasmenés (bizonyos esetekben székrekedés), görcsös hasi fájdalom.

A VIZSGÁLAT MENETE

A hidrogén(H₂) – metán(CH₄) kombinált kilégzéses teszt időtartama körülbelül 2-3 óra.

A vizsgálat egy úgynevezett „0” perces méréssel kezdődik.

A páciensnek egy készülékbe kell fújnia az előzőleg 15 másodpercig visszatartott levegőt egy kis pipa segítségével, majd meg kell innia a számára előre elkészített tesztfolyadékot.

Munkatársunk több alkalommal, 15 / 20 / 30 percenként méri a kilélegzett levegő hidrogén és metán tartalmát. Minden egyes kilégzés alkalmával rögzíti a kilélegzett levegő hidrogén és metán szintjét az eredménykiadó lapon.

Amennyiben bármilyen kellemetlenséget vagy szokatlan tünetet tapasztal a vizsgálat alatt, ezt kérjük jelezze a vizsgálatot végző munkatársunknak, aki ezt a tüneti naplóba felvezeti.

A vizsgálat teljes ideje alatt enni, inni (a tesztfolyadékon kívül) tilos.

A vizsgálat eredményét azonnal kézhez kapja.

A kilégzéses teszt eredményét a szakorvos / a vizsgálatot kérő orvos értékeli ki a mért eredmény, az időfaktor és a tüneti napló alapján.

FONTOS TUDNIVALÓK

A vizsgálat NEM végezhető el

Akut betegség esetén – pl.: lázas állapot, felsőlégtúti betegség, erős hasmenés, hányás esetén
Valamint az endoszkópos, kolonoszkópos vagy sebészeti beavatkozások miatt történő vastagbél tisztítás (beöntés) után 4 hétig nem végezhető el a vizsgálat. Fluoroszkópia vizsgálat után is 4 hétig nem végezhető el a vizsgálat.

A VIZSGÁLATHOZ SZÜKSÉGES ELŐKÉSZÜLETEK

Kérjük, az alábbiakat szigorúan tartsák be, különben a vizsgálat fals eredményt adhat, illetve magas értékű „0” perces mérés esetén a vizsgálatot aznap már nem tudjuk elvégezni.

A vizsgálat eredményét bizonyos **gyógyszerek** befolyásolják

A vizsgálat csak az alábbi szabályok betartásával végezhető el, ha:

- ANTIBIOTIKUMOT a vizsgálatot megelőző 1 hónapban nem vett be
- PROBIOTIKUMOT a vizsgálatot megelőző 2 hétben nem vett be
- A PROTONPUMPA GÁTLÓK ÉS HIDROGÉN BLOKKOLÓK alkalmazását kerülte 2 hétig
- SAVCSÖKKENTŐT ÉS EMÉSZTÉSRE HATÓ GYÓGYSZERT a vizsgálatot megelőző 1 hétben nem vett be
- VITAMINOKAT, FRUKTÓZ AROMÁT vagy LAKTÓZ TARTALMÚ ÉTREND KIEGÉSZÍTŐKET ne szedett a vizsgálatot megelőzően 1 hétig
- HASHAJTÓT ÉS SZÉKLETFOGÓ TABLETTÁT a vizsgálatot megelőző 2 napban nem vett be

A vizsgálat előtti 2-3 napig

NE FOGYASSZON:

- Puffasztó zöldségeket, hüvelyeseket (pl.: lilahagyma, vöröshagyma, brokkoli, gombafélék, spárga, kelkáposzta, hüvelyesek)
- Olajos magvakat
- Tejterméket, tejet vagy laktóztartalmú élelmiszereket, alternatív növényi tejet és tejterméket
- Gyümölcsöt, gyümölcslevet, aszalt gyümölcsöt
- Feldolgozott húskészítményeket, felvágott, virsli, szalámi stb.
- Ízesített gabona termékeket, pl. ízesített pékárú, gabonapehely, múzli stb.
- Magas rosttartalmú ételeket (teljes kiőrlésű pékárú, korpovit stb.)
- Édesítő anyagokat (méz, kukoricaszirup, cukorkák és rágó (cukormentes is), cukoralkohollal édesített terméket, cukormentes termékeket)
- Szénsavas italokat, alkoholtartalmú italokat
- Ízesített kávé sem fogyasztható
- Kérjük ne dohányozzon a vizsgálatot megelőző 24 órában

FOGYASZTHATÓ ÉTELEK, ITALOK:

- Főzve, natúr sütve vagy párolva: szárnyas hús, fehér rizs, hal, tojás, ízesítetlen nem rostdús tészta, rizstészta
- Átlátszó húsleves
- Fűszerezéshez só, bors, porított zöldfűszerek használhatóak
- Kis mennyiségben étolaj
- Fehér lisztből készült, ízesítetlen, magmentes pékárú
- Csak szénsavmentes víz fogyasztható

A vizsgálatot megelőző napon 22 óra után kérjük ne egyen és ne igyon semmit.

A vizsgálat napján

Teljesen éhgyomorrra kell érkezni.

TILOS a fogkrémes fogmosás, szájvíz és a fogsorragasztó használata, a dohányzás, rágózás, rúzs vagy szájfény használata.

A rendszeresen szedett gyógyszereit kérjük reggel ne vegye be, hozza magával, a vizsgálat után bevehető.

Cokorbetegség esetén beszélje meg a gyógyszer bevitelét a kezelőorvosával.


A vizsgálat előtt minimum 2 óráig ne végezzen hiperventillációt okozó testmozgást (edzést), mert befolyásolja a kilégzés teszt eredményét.

A VIZSGÁLAT LEHETSÉGES KOMPLIKÁCIÓI:

A vizsgálat elvégzése komplikációkkal nem jár.

Pozitivitás esetén azonban az alábbi tünetek (mellékhatások) előfordulhatnak:

- hasi fájdalom, hasi görcs, émelygés

 www.gasztroenterologiaikozpont.hu  info@gasztroenterologiaikozpont.hu  +36 30 236 9139

- erősebb bélgáz termelődés
- hirtelen jelentkező hasmenés

Ezek a tünetek korlátozhatják a napi tevékenységében, ezért a vizsgálat után pihenés javasolt.
Laktóz terhelés után laktáz tablettá, vagy csepp bevehető.

FONTOS KIEGÉSZÍTŐ TUDNIVALÓK GYERMEK VIZSGÁLATA ESETÉN

Gyermekek esetében 12 éves korig a vizsgálat előtt csak 6 órás éhezés szükséges.

Tisztelt Szülők, az alábbiakban összefoglalva adunk tájékoztatót, hogy a csecsemő és gyermek vizsgálatára milyen speciális kiegészítő információk vonatkoznak.

Hány éves kortól végezhetőek a vizsgálatok?

Bizonyos kilégzési vizsgálatokat 3 éves kortól végezzük.

Gyermek esetén mi a teszt menete?

Jól együttműködő gyermek esetében (általában 7 éves kortól) a kilélegzett levegőt egy kis pipa segítségével kell az eszközbe fújni.

Ennél kisebb gyermek esetén a vizsgálatot egy maszk segítségével végezzük.

Hogyan készítem fel a gyermekemet a vizsgálatra?

Otthon érdemes gyakorolni a gyermekkel egy lufi játékos felfújásával, illetve mintha bújárkodnánk, a levegő 15 másodpercig való visszatartásával.

Mit hozunk magunkkal a vizsgálatra?

Kisgyermek esetén:

- a kedvenc ivópoharát, cumisüvegét
- pelenkás gyermek esetén pelenkát
- kedvenc játékot, mesekönyvet
- érdemes egy tízórával, kedvenc italával készülni, hogy a vizsgálat befejezte után tudjon enni, inni a gyermek

A vizsgálatok a következő helyszínen érhetőek el

- **Prima Medica - Belbudai Klinika** – Day Health Kft.1015 Budapest, Ostrom utca 16. 2/6, telefon: [+36 70 409 2934](tel:+36704092934), e-mail: info@belbudaiklinika.hu