

# QUÉ ES EL TEST HIDRÓGENO ESPIRADO



## TEST DEL ALIENTO O TEST ESPIRADO

- Intolerancia a la lactosa
- Intolerancia a la fructosa
- Sobrecrecimiento bacteriano



Las bacterias intestinales tienen la capacidad de descomponer los azúcares liberando Hidrógeno. Este pasa al torrente circulatorio y de aquí al pulmón, expulsándose finalmente al exterior mediante la respiración.

El test de Hidrógeno espirado consiste en la medición de hidrógeno en el aire que espiramos tras la administración de un azúcar que nos sirve como sustrato según la aplicación que le queramos dar al test.

Fundamentalmente lo vamos a usar en el estudio de:

- Intolerancia a la lactosa
- Intolerancia a la fructosa
- Sobrecrecimiento bacteriano (lactulosa)

(Para adultos y niños mayores de 5 años\*)

Para resolver cualquier duda adicional que le pudiera surgir, puede contactar con nosotros: [informes@unilabs.es](mailto:informes@unilabs.es) / 91 550 43 99

# CONDICIONES PARA LA EXPLORACIÓN



- 1) **No** se tomarán durante **4 semanas** antes de la prueba:
  - a. Antibióticos
  - b. Aspirinas
  - c. Laxantes (incluyendo Plantaben u otras fibras)
  - d. Probióticos
  - e. Procinéticos (Motilium, Cidine, Blaston o similares)
  
- 2) **No** se realizará la prueba si se ha realizado una Colonoscopia o preparación de limpieza intestinal (enemas) por otro motivo durante las últimas **4 semanas** antes de la prueba.
  
- 3) Se efectuará una dieta **SIN AZÚCARES ni FECULAS (\*)** 24h antes de la prueba. No tomar ni chicles ni caramelos.
  
- 4) El día de la exploración **no se podrá fumar** antes ni durante la prueba.
  
- 5) No se realizará ejercicio físico intenso durante las **6 horas previas** a la prueba ni durante la prueba (se recomienda permanecer sentado).
  
- 6) El día de la prueba venir en **ayuno total de 12 horas**.
  
- 7) El día de la prueba tiene que aportar la **autorización de la mutua y la petición del doctor/a**
  
- 8) Duración de **3 horas aproximadamente**.
  
- 9) Plazo de entrega de resultados: 7-10 días.
  
- 10) Acudir a la prueba sin haberse cepillado los dientes, ni usar dentífrico. Realizar **enjuague de Clorhexidina** (ej. Oraldine-Listerine) antes de acudir al centro.
  
- 11) Durante el Test solo se permite la ingesta de agua.
  
- 12) En caso de haber padecido una gastroenteritis aguda durante la semana previa, deberá retrasar la realización del estudio.
  - La prueba con fructosa está contraindicada para pacientes con intolerancia hereditaria a la fructosa. **(podría poner en riesgo la vida del paciente)**.
  - Es necesario que el paciente aporte el informe del médico prescriptor en el que quede **indicado que no padece intolerancia hereditaria a la fructosa**, en su defecto se preguntará al paciente si come fruta con regularidad y sin ningún tipo de restricción o problema
  - Si se solicitara más de un test del aliento entre uno y otro deberá pasar mínimo una semana.

# NORMAS DIETÉTICAS PREVIAS



(\*) Dieta sin hidratos de carbono 24h antes de la prueba:

¿QUÉ PUEDO COMER?	¿QUÉ NO PUEDO COMER?
Huevos (tortilla francesa, huevo duro o frito)	Leche y productos lácteos (yogures, quesos, mantequillas)
Arroz blanco (sin ajo, cebolla ni salsa de tomate)	Cereales, pan, galletas, tostadas, biscotes, tortitas
Embutidos no elaborados (jamón serrano o ibérico)	Productos de pastelería o bollería (magdalenas, donuts), dulces (caramelos, chicles) y mermeladas.
Carne, pescado blanco o azul	Legumbres, patata, verduras y vegetales
Agua, té, infusiones sin azúcar	Frutas y zumos de fruta.
	Refrescos
	Embutidos elaborados (jamón cocido, pavo, mortadela, fuet, salchichón...)
	Frutos secos
	Azúcar blanco o moreno ni edulcorantes

## EJEMPLO DE DIETA:

### Desayuno:

Tortilla de 2 huevos o 1 yema y 2 claras + 2-3 lonchas de jamón serrano o ibérico. Infusión

### Comida/Cena:

Carne (pollo, pavo, conejo o bistec) o Pescado (blanco o azul)

NO POSTRE. Infusión.

## APARTADO DE CITACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRUEBA

¿CUÁNDO?	¿DÓNDE?
lunes a viernes: 07:30 am - 09:00 am	<b>UNILABS Laboratorio Central</b> (C/ Juan Esplandú 15, 28007 Madrid). Tlf. 91 550 43 99
lunes a viernes: 08:00 am - 09:00 am	<b>UNILABS Isaac Peral</b> (Calle de Isaac Peral, 42, 28015 Madrid). Tlf. 91 544 52 18
lunes a viernes: 7:30 am - 8:00h am	<b>UNILABS Almagro</b> (Calle Almagro, 23, 28010 Madrid). Tlf. 91 308 00 35

Para resolver cualquier duda adicional que le pudiera surgir, puede contactar con nosotros:

[informes@unilabs.es](mailto:informes@unilabs.es) / 91 550 43 99