



INFORMACIÓN PARA LA PREPARACIÓN DEL TEST DE HIDRÓGENO ESPIRADO

Para la intolerancia a la lactosa

- **El test de Hidrógeno espirado** es una prueba **ambulatoria, indolora** y en la que la toma de muestras se realiza rápidamente, aunque a veces el estudio completo requiere un periodo prolongado de toma de muestras (3-4 horas).
- **El día antes del Test:** No debe ingerir ningún tipo de fibra, verduras o vegetales, ya que pueden aumentar la concentración de Hidrógeno en el aire espirado (fermentación de lactulosa de la fibra vegetal) o retardar el ritmo de vaciamiento digestivo, alterando el resultado del estudio.
- Para el test deberá estar **en ayunas de 12 horas** y haber realizado una **correcta limpieza bucal**, incluido enjuague con colutorio, la misma mañana del día de la realización de la prueba. En caso de enfermedad gingival o dental conocida, deberá ser evaluado y tratado con anterioridad por su dentista.
- **No deberá fumar, mascar chicle, ni realizar ejercicios físicos vigorosos 6 horas antes ni durante** la realización del Test.
- **Durante el Test solo se permite la ingesta de agua.**
- **No deberá tomar antibióticos, ni haberse realizado limpieza del colon** para colonoscopia o/y enema opaco, durante las 2 semanas previas a la realización de la prueba.
- **En caso de haber padecido una gastroenteritis aguda durante la semana previa, deberá retrasar la realización del estudio.**