



Liguori

CENTRO DIAGNOSTICO

80054 Gragnano (NA) – Via Castellammare n° 221
Tel. 081.8719567 Fax 081-3944256

PREPARAZIONE DEL PAZIENTE PER L'ESECUZIONE DELL'H₂ BREATH TEST

Il test va eseguito a digiuno

- Nei **sette giorni** precedenti l'esame il paziente **non deve** assumere farmaci a base di antibiotici, fermenti lattici e lassativi
- Il medico deve assicurarsi che il paziente non abbia in corso una diarrea importante
- Il paziente il giorno prima dell'esame **deve** alimentarsi esclusivamente con:
COLAZIONE: una tazza di tè.
PRANZO: un piatto di riso bollito condito con poco olio.
CENA: una bistecca oppure un pesce lesso con insalata.
- Dalle ore 21.00 del giorno precedente l'esame **DEVE** osservare digiuno completo (può liberamente bere acqua)
- Dalle ore 7.00 del giorno dell'esame il paziente **DEVE** bere due bicchieri d'acqua. **DEVE** restare a digiuno, non lavarsi i denti, non fumare, non deve svolgere attività fisica.

Alimenti dei quali è assolutamente proibita l'assunzione nelle ore precedenti il test di intolleranza al Lattosio:

- Il latte ed i latticini di origine animale sono ovviamente proibiti

Il lattosio, però, è spesso usato come additivo di altri prodotti. Le persone con bassa tolleranza al lattosio dovrebbero conoscere quali prodotti lo contengano, sia pure in modesta quantità:

- panini al latte e prodotti di forno, biscotti, pizze dolci, crostate, plumcake, dolcetti, merendine;
- cereali per la prima colazione;
- cioccolato, nutella, gelati, creme, budini;
- purea di patate istantanea, alimenti e bevande dietetiche, condimenti per insalate;
- salumi ed insaccati ad eccezione di prosciutto crudo, coppa, culatello, bresaola, carne secca;
- molti prodotti, non a base di latte fresco, (p.es. “creamer” per caffè, guarnizioni tipo “panna montata”) possono contenere derivati dal latte e perciò lattosio;
- prodotti come siero (di latte), caglio, ricotta, latte in polvere delipidato, latte evaporato, latte condensato sono ovviamente portatori di lattosio;
- il lattosio è usato come base per più del 20% dei farmaci prescrivibili e per circa il 6% dei prodotti farmaceutici da banco. Questi prodotti, data l’esigua quantità di lattosio presente, possono disturbare solo i soggetti con marcata intolleranza al lattosio.