

TEST DE AIRE ESPIRADO (HIDROGENO Y METANO) PARA LACTOSA, LACTULOSA Y FRUCTOSA

El test de aire espirado es un estudio sencillo, no invasivo, que a partir de aire exhalado permite determinar la cantidad de hidrogeno y metano formado por la flora intestinal tras haber ingerido previamente un azúcar (lactosa, lactulosa, xilosa, etc). Así poder determinar la existencia de alguna intolerancia, sobrecrecimiento bacteriano (colon irritable) y el tiempo de tránsito orocecal.

Este estudio no tiene efectos secundarios significativos, es muy seguro.

Puede durar entre 2 a 4 horas. Durante el estudio debe permanecer en la clínica, en reposo, no debe comer ni fumar. Se sugiere que traiga algún libro, apuntes para dibujar, Tablet, etc.

Los valores de los gases medidos pueden alterarse con facilidad, por lo que es importante seguir fielmente las indicaciones, así no tener que repetir el examen.

INDICACIONES

- ✓ **4 Semanas antes del examen** no debe recibir antibióticos o laxantes como preparación para una colonoscopia o examen radiológico
- ✓ **2 Semanas antes del examen** debe suspender laxantes (lactulosa, PEG) , procinéticos (domperidona , metoclopramida o cisaprida) y probioticos (perenteryl, biogaia, bion, lactil, multiflora, etc)
- ✓ **2 días previos al examen** debe SUSPENDER los siguientes alimentos:
 - Todo tipo Verduras: cocidas o crudas
 - Todo tipo de fruta: fresca, seca, cocida, conserva o en mermelada
 - Cereales integrales (salvado de trigo, avena, cereales para el desayuno, arroz integral), legumbres y papas.
 - Pan integral, centeno, galletas de soda , dulces, integrales o de avena
 - Alimentos envasados, salchichas y paté
 - Leche y derivados lácteos
 - Bebidas gaseosas , jugos elaborados en polvo o nectar.

✓ **Puede consumir:**

- Todo tipo de carnes (vacuno, ave, pescado, pavo)
- Jamón de pavo o cerdo
- Huevos en cualquier forma de preparación (sin leche)
- arroz blanco, fideos y pan de molde (no integrales)
- Agua mineral con o sin gas o agua de la llave
- Te, café, sopas sin vegetales, jaleas
- Galletas de soda con quesillo

✓ **La noche anterior del examen:**

- Debe cenar a más tardar a las 20:30 horas (08:30 de la noche)
- Cena: arroz blanco, con carne de vacuno o pollo o pescado, cocido a la plancha (solo con sal) . Para beber agua mineral o de la llave. Postre jalea light (sin azúcar)
- Si fuma, solo hasta las 23 horas (solo Adultos)

✓ **El día del examen**

- Fundamental llegar a la hora, debido a la extensión del examen.
- Traer orden medica
- Debe presentarse en ayunas (sin desayuno, sin ingesta de agua ni leche)
- Debe realizar un lavado dental cuidadoso (con buen enjuague de agua)
- No llegar agitado o corriendo, ya que alterará el examen.
- No puede comer, beber ni fumar durante el examen

Cualquier duda enviar un correo a procedimientos@gastroped.cl o al numero celular 9 7325 3873.