

## **Preparação para Testes Respiratórios de Hidrogénio (Lactose / Frutose / Glicose)**

O teste respiratório necessário para um completo esclarecimento dos seus sintomas, foi marcado para o dia \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_, às \_\_\_:\_\_\_ horas.

Trata-se de um teste muito simples e indolor. Apenas terá de ingerir uma solução e expirar para um aparelho de medição de hidrogénio.

O teste tem a duração aproximada de 4 horas.

### **INSTRUÇÕES:**

Para que o resultado seja correcto é necessário seguir as seguintes instruções:

- Não pode tomar **laxantes** ou **antibióticos** nas duas semanas anteriores ao teste;
- Não pode tomar **medicamentos para o estômago** ou **ingerir bebidas alcoólicas** nas 48 horas anteriores ao exame;
- Não aplicar **clisteres** nas 2 semanas anteriores ao teste.

### **No dia anterior ao exame:**

- **Não pode** ingerir alimentos com alto teor em fibras ou em hidratos de carbono de difícil absorção como feijão, favas, pão, bolachas, tostas, cereais de pequeno-almoço, milho, batata. Também **não pode** comer fruta e legumes;
- **Não pode** ingerir açúcar ou adoçantes;
- **Não pode** beber leite;
- **Só pode comer carne, peixe e arroz branco;**
- **Não pode** ingerir alimentos nas 12 horas que antecedem o exame. Pode apenas beber pequenas quantidades de água.

Na hora anterior ao teste não pode beber água nem fumar

**Se estes cuidados não forem tomados o teste poderá não ser realizado.**