

¿Qué es el test de Hidrógeno espirado?

Es un estudio no invasivo que se basa en la capacidad que tienen las bacterias del intestino para producir hidrógeno al actuar sobre un sustrato fermentable, el cual se absorbe por la pared intestinal y se elimina en el aire espirado, que luego se puede medir.

¿ Cómo se realiza?

Se le solicitará soplar en una boquilla descartable en un pequeño aparato que analiza el Hidrógeno del aliento. Se realiza una primera medición basal y luego de la administración del azúcar sustrato se realizan mediciones cada 20 minutos durante un período de 3 hs.

Contraindicaciones

Tratamiento con antibióticos en las últimas 4 semanas. Ser portador, actualmente, de una ileostomía. Realización en las últimas 4 semanas, alguno de los siguientes: colonoscopia, colon por enema, lavaje colónico.

Complicaciones

Durante la realización o posterior al mismo puede experimentar gases, hinchazón del abdomen y en ocasiones diarrea.

PREPARACION

- * Concurrir con 8 hs. de ayuno.
- * Dieta sin hidratos de carbono 24 hs antes.
- * Suspender el uso de laxantes o antidiarreicos 48 hs. antes.
- * No fumar ni realizar actividad física 30 minutos antes.
- * No usar, el día del estudio, adhesivos para fijar prótesis dentales removibles.
- * No masticar chicles.



DIETA SIN HIDRATOS DE CARBONO SUGERIDA

ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Huevos.
- Arroz blanco o fideos no amasados (sin ajo, cebolla ni salsa de tomate)
- Embutidos no elaborados (jamón)
- Pollo, pescado.
- Agua, té, infusiones sin azúcar o con edulcorante.

NO PERMITIDO:

- Leche y productos lácteos.
- Cereales, pan, galletas, tostadas.
- Productos de pastelería o panadería, dulces, caramelos, chicles y mermeladas.
- Legumbres, papas, verduras y vegetales
- Frutas y jugos de fruta, Gaseosas y sodas
- Embutidos elaborados
- Frutos secos