

# INFORMACJA DLA RODZICÓW

## Zasady przygotowania dziecka do wodorowych testów oddechowych (WTO):

Jeżeli lekarz podejrzewa u Państwa dziecka *nieterancję laktozy* (cukier obecny w mleku) lub *fruktozy* (cukier obecny głównie w owocach ale również słodyszach) może zlecić wykonanie Wodorowych Testów Oddechowych po obciążeniu odpowiednio laktozą lub fruktozą (wypicie niewielkiej ilości płynu zawierającego te cukry).

Również w przypadku, gdy lekarz podejrzewa u Państwa dziecka *zespół przerostu flory bakteryjnej jelita cienkiego (SIBO)*, może zlecić wykonanie u Państwa dziecka Wodorowego Testu Oddechowego po obciążeniu laktulozą (cukier nietrawiony przez organizm człowieka, natomiast trawiony przez florę bakteryjną jelit).

W celu prawidłowego wykonania badania oraz następnie prawidłowej interpretacji wyniku badania, dziecko wymaga odpowiedniego przygotowania przed badaniem:

- przed wykonaniem badania dziecko NIE MOŻE być leczone antybiotykiem, sulfonamidem (Biseptol, Metronidazol) przez minimum *4 tygodnie*,
- test nie powinien być wykonywany szybciej niż *po upływie 2 tygodni* od ostrej biegunki lub czyszczenia jelit do badań endoskopowych (kolonoskopia) lub procedur chirurgicznych wykonywanych na jelicie lub wykonania wlewy kontrastowego,
- leki przeczyszczające oraz laktuloza powinny być odstawione *4 tygodnie* przed badaniem, w przypadku nasilonych zaparć czas ten można skrócić do *1 tygodnia*,
- probiotyki powinny zostać odstawione *24 godziny* przed badaniem,
- aktywność fizyczna (bieganie, skakanie) powinna być ograniczona *2 godziny* przed testem oraz w trakcie jego wykonywania,

Dzień przed testem zalecane jest spożywanie:

Gotowane lub pieczone mięso (kurczak, indyk), ryba, jajka, wędlina, ser, jogurt, można używać soli i pieprzu jako przypraw. Białe pieczywo, gotowany biały ryż. Rosół wołowy lub drobiowy.

Dzień przed testem należy unikać:

- produkty zawierające dużą ilość błonnika (tj. makarony pełnoziarniste, płatki śniadaniowe pełnoziarniste, pieczywo pełnoziarniste, ciemne, razowe),
- produkty zawierające łatwo fermentujące węglowodany tj. laktoza, fruktoza, xylitol (soki owocowe, musy jabłkowe, brzoskwinie, morele, arbuzy, banany, owoce z puszki, winogrona, owoce suszone, kandyzowane owoce, guma do żucia, cukierki, żelki),
- inne łatwo fermentujące i wzdymające produkty tj. kalafior, brukselka, brokuły, cebula, kapusta, por, groch, fasola, kukurydza, soki jarzynowe,

W dniu badania:

- dziecko powinno być na czczo- *min. 8-12 godzin*, małe dzieci *min. 6h*
- nie stosować pasty do mycia zębów w dniu badania, porządnie umyć zęby wodą,

**Badanie jest proste i niebolesne. Polega na zebraniu do baloników (wydmuchaniu) wydychanego przez dziecko powietrze przez okres 2-3 godzin.**