



RECOMENDACIONES PARA PACIENTES QUE SE VAN A SOMETER A PRUEBAS DE HIDROGENO ESPIRADO

(Intolerancia a azúcares: lactosa, fructosa y sobrecrecimiento bacteriano)



Ayuno de 12 horas (sin fumar ni masticar chicle):

- El día anterior a la prueba no tomar alimentos que contengan fibra (frutas y verduras), ni fécula (pan, patatas, cereales y leguminosas), ni leche, chicles, caramelos ni zumos de frutas azucarados o no, frutos secos, alimentos envasados (patatas, pizzas, snacks, jamón de york, pavo), pasteles ni pan tostado. **Solo puede tomar carne y/o pescados** (Ternera, pollo, cordero y pescado a la plancha, sin guarnición, jamón serrano no envasado).
- Evitar tomar cerveza, vino y refresco el día anterior a realizarse la prueba.
- **No debe tomar antibióticos** 28 días antes de realizarse la prueba.
- **No debe tomar sales de Bismuto** 14 días antes de realizarse la prueba.
- **No tomar medicamentos laxantes, probióticos ni procinéticos** (Cidine®, Levogastrol®) ni antidiarreicos 5-7 días antes de realizarse la prueba.
- Puede beber agua.
- El día de realización de la prueba, el paciente puede tomar la medicación que tome habitualmente, excepto vitaminas, laxantes, antibióticos, y deberán ser ingeridos con agua.



El paciente se debe lavar los dientes el día de realización de la prueba y hacer enjuague con colutorio de clorhexidina. No está permitido el uso de adhesivos dentales.



Si se le ha practicado una colonoscopia, "limpieza intestinal", enteroclistis, enema de doble contraste u otras pruebas intestinales, deberá esperar 4 semanas para poder realizarse la prueba.



Riesgos: Durante la prueba y/o en las 24 horas siguientes podría presentar dolor abdominal, diarreas y flatulencia.



Contraindicaciones:

- Niños que se presuma intolerantes a la fructosa (intolerancia hereditaria a la fructosa)
- Anamnesis sobre hipoglucemia (postpandrial) no aclarada.



Si se tiene que realizar más de una prueba para determinar intolerancia a azúcares o sobrecrecimiento bacteriano deberá **dejar pasar 5-7 días desde la prueba anterior.**