

(NOTE PER IL PAZIENTE)

DESCRIZIONE DELL'H2 BREATH TEST AL LATTOSIO

(TEST DEL RESPIRO AL LATTOSIO)

Il **Breath Test al lattosio** è il test di riferimento non invasivo più affidabile ed economico per dimostrare un malassorbimento di lattosio. Non è sufficiente accorgersi di avere sintomi dopo la ingestione di latte (diarrea, gonfiore, flatulenze, fastidio addominale), perché questi possono essere dovuti sia ad una mal digestione di lattosio che ad una intolleranza alle proteine del latte e la dieta conseguente può essere molto diversa.

Il test misura la quantità di idrogeno del respiro prima e dopo la somministrazione di 25 gr di lattosio, uno zucchero presente nel latte e che in molti soggetti può essere difficilmente digeribile. L'idrogeno è un gas innocuo che normalmente è presente in minima quantità nel nostro respiro. Tale quantità può aumentare a livello gastro intestinale qualora ci sia uno scarso assorbimento di lattosio dovuto a un deficit dell'enzima specifico (lattasi).

Il protocollo di questo esame è quello previsto dalla Conferenza di Consenso di Roma 2009.

Per eseguire correttamente questo esame il paziente deve attenersi a queste indicazioni:

- 1) EVITARE **ANTIBIOTICI E LASSATIVI EVACUATIVI** (PURGHE O PREPARAZIONI PER ESAMI DEL COLON) NEI 30 GIORNI PRECEDENTE L'ESAME.
- 2) EVITARE L'USO DI **PROBIOTICI** (FERMENTI LATTICI, YOGHURT) NEI 10 GIORNI PRECEDENTI L'ESAME
- 3) IL GIORNO PRECEDENTE L'ESAME EVITARE CARBOIDRATI (PASTA), PANE, FRUTTA, VERDURA, VINO E ALTRE BEVANDE (ALCOLICI)
- 4) LA SERA PRIMA DELL'ESAME CENARE CON RISO BOLLITO, CARNE ARROSTITA (O LESSATA O ALLA GRIGLIA), O PESCE LESSATO, ACQUA NATURALE, UTILIZZANDO PER CONDIMENTO SOLO OLIO D'OLIVA

SE LA PREPARAZIONE NON VIENE SEGUITA SCRUPolosAMENTE, IL PERSONALE SANITARIO SI RISERVA IL DIRITTO DI NON PROSEGUIRE CON L'ESECUZIONE DELL'ESAME.

- 5) LAVARSI I DENTI DOPO CENA E AL MATTINO PRIMA DELL'ESAME
- 6) ESSERE A DIGIUNO ASSOLUTO DA ALMENO 8/10 ORE
- 7) NON FUMARE DALLA SERA PRIMA;
- 8) PRESENTARSI IL GIORNO STABILITO (*L'esame dura 4 ore, con soffiate ogni 30 minuti*).
- 9) SCIACQUARE LA BOCCA CON IL COLLUTORIO FORNITO DAL LABORATORIO;
- 10) DURANTE TUTTA LA DURATA DELL'ESAME:
NON MANGIARE, NON FUMARE, NON BERE ACQUA GASSATA. NON FARE ATTIVITA' FISICA A PARTE CAMMINARE.
- 11) AL TEMPO "0" (zero) VIENE SOMMINISTRATO 25gr DI LATTOSIO IN **250** CC DI ACQUA. SEGUIRE LE INDICAZIONI DEL PERSONALE DI LABORATORIO PER SOFFIARE CORRETTAMENTE NEL BOCCAGLIO.