

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE QUE SE VA A REALIZAR **TEST DE HIDRÓGENO ESPIRADO**

¿Para qué sirve?

Para detectar si tiene una intolerancia a la lactosa, fructosa, sorbitol, trehalosa, etc. Estos son azúcares sencillos, presentes en muchos alimentos, que cuando no se absorben en el intestino producen síntomas como distensión y dolor abdominal, gases, movimientos y gorgoteos intestinales y en algunos casos diarrea.

El sobrecrecimiento bacteriano se produce por el crecimiento de un número excesivo de bacterias en nuestro intestino delgado, generalmente favorecido por determinadas enfermedades o procesos quirúrgicos, toma crónica de protectores gástricos o uso de antibióticos. Esta enfermedad produce síntomas muy parecidos a las intolerancias anteriormente descritas.

¿Se puede sustituir por otras pruebas?

Por engorrosos test de laboratorio, menos específicos y en los que hay que tomar varias muestras de sangre.

Además es muy importante no solo demostrar la malabsorción de estos azúcares sino correlacionarlos con los síntomas, por lo que es muy importante durante la prueba una correcta valoración por una enfermera entrenada o el propio médico.

¿Cómo se realiza?. ¿Cuánto dura?

Recogiendo muestras de aire espirado en un aparato. Para ello se le hará soplar antes de darle el sustrato disuelto en un vaso de agua (según lo que se quiera medir se le dará: lactosa, fructosa-sorbitol, glucosa, lactulosa, lactitol, trehalosa, etc.). Posteriormente se le irán tomando muestras de aire cada 15 a 30 minutos durante 90 a 150 minutos (según el test).

Acabado el test se le indicará su resultado y en su caso se le dará por escrito una dieta.

¿Es dolorosa?. ¿Qué riesgos tiene?

La exploración no es dolorosa y carece de riesgos relevantes, aunque durante el estudio, si es intolerante, puede presentar síntomas similares a los que ya padece todos los días (distensión abdominal, gases, movimientos intestinales o incluso diarrea).

¿Qué preparación necesito?

Procurar no tomar frutas ni verduras el día anterior, venir en ayunas de unas 8 horas, no masticar tampoco chicles ni caramelos, no fumar 2-3 horas antes del estudio y no haber tomado antibióticos en los 7 días previos.

¿Después de la prueba puedo hacer una actividad normal?

Una vez realizada la prueba, puede tener algunas molestias, pero estas son pasajeras y generalmente puede volver a su actividad normal sin ningún problema.

No dude consultarnos por email, por teléfono o en la misma consulta, aquellas dudas que le puedan surgir y no se hayan resuelto con esta información escrita.