

PRZYGOTOWANIE DO TESTÓW WODOROWYCH

1. 4 tygodnie przed testem nie należy:

- › stosować antybiotykoterapii;
- › wykonywać kolonoskopii, fluoroskopii, enteroklizy;
- › barytowych wlewów doodbytniczych;
- › hydrokolonoterapii i lewatyw;
- › stosować silnych leków przeczyszczających.

2. 1 tydzień przed testem:

- › należy odstawić zioła bakteriobójcze, środki pobudzające perystaltykę przewodu pokarmowego oraz probiotyki.

3. 3 dni przed testem:

- › należy odstawić łagodne środki przeczyszczające, w tym laktulozę.

4. 2 dni przed testem należy stosować odpowiednią dietę, czyli unikać:

- › mleka i soków owocowych;
- › słodczy i słodzonych napojów;
- › przypraw poza solą i pieprzem;
- › cebuli, czosnku i pora;
- › zielonej herbaty;
- › ziołowych naparów;
- › wody wysoko zmineralizowanej;
- › wody gazowanej oraz lekko gazowanej;
- › owoców i warzyw (ze względu na zawartość błonnika), w szczególności istotne jest unikanie warzyw i owoców fermentujących.

5. 1 dzień przed testem należy:

- › odstawić betainę HCl, ocet jabłkowy, gorzkie krople żołądkowe, enzymy trawienne oraz inne suplementy;
- › nie wykonywać wysiłku fizycznego;
- › UWAGA! Nie należy samemu odstawiać leków przyjmowanych na stałe i zaleconych przez lekarza.

6. W dniu testu:

- › należy wstać minimum godzinę przed testem;
- › być na czczo od 12 godzin, można pić wodę niegazowaną;
- › tuż przed badaniem umyć zęby (należy sprawdzić czy pasta do zębów nie zawiera w swoim składzie cukrów);
- › nie wolno: żuć gumy, spożywać cukierków, palić papierosów, używać kleju do protez;