

## Patient\*inneninformation zum Laktose-/Fruktose Intoleranztest

Testdatum: ..... Laktose

Testdatum: ..... Fruktose

### ALLGEMEINE INFORMATION ZUM TEST

Ihnen wurde wegen Bauchbeschwerden empfohlen das mögliche Vorliegen einer Laktose- oder Fruktoseintoleranz abzuklären. Häufig liegt der Intoleranz eine andere Erkrankung, wie z.B. ein Reizdarmsyndrom, zugrunde. Sie wurden uns zur Abklärung dieser **komplexen Zusammenhänge** zugewiesen, damit entschieden werden kann ob weitere Abklärungen sinnvoll sind und welche Behandlung sinnvoll ist.

**Die endgültige Diagnose, und daraus folgend die Behandlungsempfehlung, ergibt sich aus der Kombination von:**

- Ergebnissen des Atemtests und Intoleranztests
- Standardisierte Symptommessungen vor und während der empfohlenen Diät
- Ansprechen auf 4 Woche strenge und weitere 12 Wochen gelockerte Diät
- Evt. zusätzlicher Testung (Fruktose mit Glukose)

### VERHALTEN UND ERNÄHRUNG VOR DEM TEST:

#### 1) 2 bis 4 Wochen vor dem vereinbarten Testtermin: Carboception Test

- Innerhalb von 2 bis 4 Wochen vor dem Test führen Sie bitte einen **Carboception Test** mit der geplanten Testsubstanz durch. Dafür müssen Sie die **App Carboception** (über Android- oder Apple-Plattform) herunterladen. Eine Anleitung liegt bei. **Die Carboception App führt Sie Schritt für Schritt durch den Test.**
- **Testmenge für Carboception Test**
  - Laktose=Milchzucker\*: **3 Esslöffel verrührt in einem Glas Wasser (45 Gramm)**
  - Fruktose=Fruchtzucker\*: **2 Esslöffel verrührt in einem Glas Wasser (30 Gramm)**
  - \* Sie erhalten die Zucker in Apotheken, im Drogeriemarkt oder im Lebensmittelmarkt
- **Eine Kopie des Ergebnisses der Carboception App (als Screenshot, mit Angabe des Testdatums und des Ergebnisses) übergeben Sie uns bitte zum Untersuchungstermin.**
- 4 Wochen vor dem Test **keine Antibiotikaeinnahme!**
- 14 Tage vor dem Test **keine Darmspiegelung!**

#### 2) Am Vortag der Untersuchung:

- **Keine blähenden oder schwer verdaulichen Speisen essen**, wie z.B. Zwiebel, Knoblauch, Kraut, Kohl, Hülsenfrüchte, Spargel, Broccoli, Paradeiser, Suppe, Pilze, Germteig, Vollkornprodukte, Müsli, Salat, Reis, Milchprodukte, Fruchtsäfte, Honig.
- **Erlaubt sind:** gekochte Kartoffeln, Nudeln, gedünstetes Hühner- oder Putenfleisch, Weißbrot, Schinken

### 3) Am Tag der Untersuchung:

- 12 Stunden vor dem Testtermin nichts essen und trinken; Leitungswasser ist erlaubt
- Zähneputzen nur mit Wasser! Übliche Medikamente zu Hause mit Leitungswasser einnehmen.
- Ab 2 Stunden vor und während des Tests **keinen Kaugummi** kauen und **nicht rauchen!**
- 20 Minuten vor dem vereinbarten Testzeitpunkt zur Anmeldung in der Ambulanz der Klin. Abt. für Gastroenterologie und Hepatologie in der **Universitätsklinik für Innere Medizin, Auenbruggerplatz 15/4, Erdgeschoß West** kommen. Bitte bringen Sie die **e-card** mit.
- Das Testergebnis der Carboception (als **Screenshot**, mit Angabe des Testdatums und des Ergebnisses) übergeben Sie dem Untersuchungsteam.

### ABLAUF DES TESTS

- Sie beginnen mit dem Ausfüllen von **Fragebogen zu Ihren Symptomen und Ihrem Wohlbefinden**, sammeln unter Anleitung danach eine **Atemtestprobe** und erhalten danach die Testsubstanz.
- In regelmäßigen Abständen bis 3 Stunden nach der Einnahme der Testsubstanz sammeln Sie weitere **Atemproben** und füllen Fragebogen zu Ihren **Symptomen und Wohlbefinden** aus.

### NACH DEM TEST

- Sie erhalten eine **vorläufige** Diätempfehlung (4 Wochen strenge Diät, danach 12 Wochen gelockerte Diät)
- **Sie erhalten ein adressiertes Kuvert**
  - zur Rücksendung der zu Hause auszufüllenden **Spätsymptome (6 und 9 Stunden nach der Testzuckereinnahme)** und der **nach 4 Wochen zu Hause auszufüllenden Symptomfragebogen**
- Telefonische Kontaktaufnahme durch uns sowie Nachfragen nach Ihrem Befinden und Ihrer Diät werden 2 Wochen, 4 Wochen und 10 Wochen nach dem Test erfolgen.
- **Ein Termin für eine Endbesprechung (endgültige Diagnose, Empfehlung für weitere Behandlung) wird für einen Zeitraum von etwa 16 Wochen (14 – 18 Wochen) nach dem Test vereinbart.**
  - Sie halten die Diät laut Vorgabe bis zu diesem vereinbarten Termin ein,
  - alternativ: telefonisches Abschlussgespräch und danach Zusendung des endgültigen Befundes.

### WIE ERFOLGT DIE BEURTEILUNG DER ERGEBNISSE UND WANN ERHALTEN SIE IHREN BEFUND?

#### Aus dem endgültige Befund ergeben sich folgende Konsequenzen:

- 1) Stellungnahme ab, ob die Symptome (Beschwerden) wegen derer Ihnen die Durchführung des Intoleranztests empfohlen wurde, durch eine Intoleranz erklärt werden können, **oder ob weitere Abklärungen sinnvoll sind.**
- 2) Beratung zu **Behandlungsmöglichkeiten** Ihrer Beschwerden mit Diät, Nahrungsergänzungsmitteln oder Medikamenten.

**Die fachliche Beurteilung erfolgt anhand von**

- Ergebnissen des Atemtests und Intoleranztests.
- Ansprechen Ihrer Bauchsymptome und Ihres allgemeinen Gesundheitszustandes auf die empfohlene Diät (nach 4 Wochen strenger Diät bzw. weiteren 12 Wochen gelockerter Diät).

**Das endgültige Ergebnis des Tests wird Ihnen nach der Endbesprechung (bzw. nach dem telefonischen Abschlussgespräch) zugesandt.**

**Bei Fragen: (0316) 385 - 13350**