

Infobrochure

Waterstofademtest: lactose-intolerantie

Waterstofademtest: lactose-intolerantie

Waarom deze test?

De waterstofademtest is een eenvoudige, goedkope, betrouwbare en pijnloze test. Deze test kan gebruikt worden om lactose-intolerantie vast te stellen.

Wat wordt er juist bepaald?

Tijdens de test wordt de hoeveelheid uitgeademde waterstof gemeten. Waterstof komt via de bloedbaan in de ademhaling terecht wanneer lactose niet goed verteerd wordt.

Wanneer wordt er beslist om die test te laten doen?

Uw kindje heeft vaak last na het innemen van producten met lactose bv.: van krampen, diarree, opgezette buik, nachtelijk braken, buikpijn, winderigheid,...

Wat houdt de test praktisch in:

Vorbereiding:

- Het is belangrijk dat u nuchter bent. Er mag niet meer gegeten worden vanaf 12u voor de aanvang van de test. Suikerhoudende dranken worden afgeraden. Een klein beetje water drinken is toegestaan.
- Breng een tandenborstel en tandpasta mee zodat de tanden gepoetst kunnen worden voor het onderzoek. Dat is nodig om bacteriën in de mond te verwijderen. Als dit niet gebeurt kan het resultaat hierdoor negatief beïnvloed worden.
- U mag vier weken voor de test geen antibiotica ingenomen hebben. Laxeermiddelen worden best drie dagen voor de test niet meer ingenomen.

- Bovendien mag u de dag voor de test geen uien, bonen, kolen, peulvruchten (bv.: witte en bruine bonen, linzen, kikkererwtten,...) of voeding met een hoog gehalte aan vezels (bv.: volkoren graanproducten, broccoli, appel, zoete aardappelen,...) eten. Eet maximum één stuk fruit de dag voorafgaand aan de test.
- Aarzel niet om de gastro-enteroloog of uw huisarts aan te spreken als er bezorgdheden zijn over het al dan niet mogen innemen van bepaalde medicatie of voedingsmiddelen.

Uitvoering van de test

De test wordt afgenomen op de bloedafname in het ziekenhuis (gelijkvloers). De test duurt ongeveer drie tot vier uur. Bij het begin van de test wordt er eerst een nuchter staal afgenomen zodat er een startwaarde bepaald kan worden. Hierbij moet u via een speciaal mondstuk in een spuit blazen zoals hij of zij een ballon zou opblazen. Indien de startwaarde te hoog is, zal gevraagd worden om de mond te spoelen en/of de tanden opnieuw te poetsen. Indien de waarde te hoog blijft, zal de test uitgesteld worden.

Daarna moet u een lactose-oplossing opdrinken. Schud met het flesje zodat de oplossing goed gemengd blijft. U drinkt de beker volledig leeg. Hierna zal u om het halfuur opnieuw blazen in een spuit en dit wordt vier tot vijf keer herhaald. De resultaten hiervan worden bijgehouden door de verpleegkundige of laboratoriumtechnoloog in de vorm van een curve. Er kunnen klachten ontstaan tijdens het onderzoek (krampen, winderigheid, diarree,...).

Het is belangrijk om dit te melden aan de verpleegkundige of laboratoriumtechnoloog die de test afneemt. Tijdens de test moet u rechtop blijven zitten en mag u niet slapen, drinken, eten of roken. Tijdens de test mogen er geen zware inspanningen gedaan worden. U mag natuurlijk wel naar het toilet gaan maar verder vragen we om het rustig aan te doen omdat dit anders ook de test kan beïnvloeden.

Wat na de test?

- Na afloop van de test mag u weer eten. Het is dus een goed idee om iets te eten mee te nemen voor na de test. De resultaten worden achteraf samen met u besproken door de gastro-enteroloog of huisarts.
- Bij het interpreteren van de resultaten wordt er rekening gehouden met volgende factoren:
 - De hoeveelheid uitgeademde waterstof
 - Het al dan niet optreden van symptomen tijdens of na de test
- Er kan samengewerkt worden met een diëtiste om een dieet op maat op te stellen. Vaak is het niet nodig om volledig lactosevrij te eten. Kleine hoeveelheden geven namelijk vaak geen klachten. Dit hangt af van persoon tot persoon en wordt met u besproken.

Het ontslag

Mocht u nadien nog vragen hebben, ook al stellen deze vragen of eventuele problemen zich pas bij uw thuiskomt, aarzel dan niet om ons hierover te contacteren. (tel. nr. 056/62 5516).

Welke voedingsmiddelen mag ik al dan niet eten/drinken voor het onderzoek:



Vorbereiding nog eens samengevat:

1. Nuchter bij aanvang van de test (= geen maaltijd de voorbije 12 uur)
2. Bij voorkeur tanden poetsen voor aanvang van de test.
3. Minstens 4 weken geen antibiotica ingenomen hebben.
4. Minstens 4 weken geen probiotica ingekomen hebben.
5. Minstens 1 week geen laxativa genomen hebben, in het bijzonder geen lactulose suspensie.
6. Minstens 4 weken geen voorbereiding voor coloscopie gehad .
7. Geen groenten, fruit en vezelrijke voeding de dag voor een lactose ademtest. Liefst vooral witte rijst en vlees de dag voor de test.

Contact

Telefoonnummer Gastro-enterologie: 056/ 62 35 16

Telefoonnummer onthaal: 056/ 62 31 11

Openingsuren van de bloedafname:

Ma – vrij: 8u30-13u en 14u-18u

Zat: 8u30-12u

Auteur: Klinisch laboratorium

Publicatiedatum: Maart 2025

Doc: 8719

O.L.V. van Lourdes Ziekenhuis Waregem

Vijfseweg 150

8790 Waregem

T. 056/ 62 31 11

F. 056/ 62 30 20

E. info@ziekenhuiswaregem.be