

# Testset: Laktose- malabsorption

ORY ANALYSIS – ATEMGASTEST

---



## Wenn Milchprodukte zum Problem werden

Etwa 15–20 % der deutschen Bevölkerung leiden unter einer Laktoseintoleranz. Milchprodukte können nicht richtig verdaut werden – oft aufgrund eines Mangels des Laktose-spaltenden Enzyms (Laktase). Viele Menschen meiden bei dem Verdacht einer Laktoseunverträglichkeit

jedoch besonders nährstoffreich sind, steigt dadurch auch das Risiko eines Defizits an wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen.

vorsorglich Milch und Milchprodukte. Da diese

### Wie kann es zur Laktosemalabsorption kommen?

Der primäre Laktasemangel ist genetisch bedingt und die am häufigsten vorkommende Ursache für eine Laktoseintoleranz.

Beim sekundären (erworbener) Laktasemangel wird die Produktion des Enzyms Laktase in der Dünndarmschleimhaut gestört. Als Ursache kommen Dünndarmerkrankungen (z.B. Zöliakie oder Morbus Crohn), bakterielle oder Pilzinfektionen, Magen-Darm-Operationen oder eine Medikamenteneinnahme (z.B. Antibiotika) in Frage. Können die Schleimhautschäden rückgängig gemacht werden, so kann die Dünndarmschleimhaut auch wieder Laktase produzieren. Eine erfolgreiche Therapie der zugrunde liegenden Erkrankung normalisiert daher in der Regel auch die Laktaseaktivität.

---

## TESTANLEITUNG:



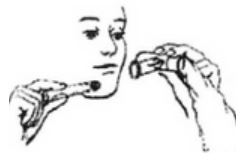
### ÜBERPRÜFEN

- Anforderungsbogen + Anleitung zur Durchführung
- Mundstück inkl. Einwegbeutel sowie Entnahmeeinrichtung mit Nadel (**Achtung! Nicht mit dem Finger in das Innere der Entnahmeeinrichtung greifen, da sich dort eine spitze Nadel befindet!**)
- 5 Glasröhrchen fortlaufend nummeriert + Beutel mit Testsubstanz + durchsichtiger Plastikbeutel mit Schnellverschluss
- Postversandtasche



### VORAUSSETZUNGEN

- **Am Vortag** der Testdurchführung müssen ballaststoffreiche Lebensmittel (Vollkornprodukte, Nüsse, Obst, Bohnen, Linsen und Erbsen) gemieden werden. Es dürfen nur leichte Speisen gegessen werden wie z.B. Fisch, Pute, Reisgerichte.
- **Bei Testbeginn** müssen Sie nüchtern sein. 12 Stunden vor Testbeginn und während der Testdauer darf nicht gegessen werden. Zuckerhaltige Getränke dürfen nicht konsumiert werden. Nach Testbeginn ist eine mäßige Flüssigkeitsaufnahme von stillem Mineralwasser oder ungesüßtem Tee möglich.
- Der **Atemtest** sollte möglichst am Morgen, 1-2 Stunden nach dem Aufstehen, durchgeführt werden.
- Das **Rauchen** sollte bereits 6 Stunden vor Testbeginn eingestellt werden.
- Die **letzte Einnahme von Antibiotika oder abführenden Mitteln** sollte mindestens 1 Woche zurückliegen. Der Patient sollte nicht an Durchfall leiden.
- **Direkt vor dem Test oder während der Testdauer darf nicht geschlafen werden.**



### TESTANLEITUNG

- Entnehmen Sie die fortlaufend nummerierten Probenröhrchen aus den Transportröhrchen im Versandkarton. Sie müssen die Röhrchen nicht mehr beschriften, da diese mit einem Barcode versehen sind. Legen Sie die Röhrchen in die Reihe nach bereit (Nr. 1 – 5).
- Nehmen Sie das Mundstück mit dem Atembeutel in eine Hand, während Sie das beschriftete Probenröhrchen Nr. 1 in der anderen Hand bereithalten.
- Atmen Sie ganz normal ein (nicht tief durchatmen) und pusten Sie anschließend die Atemluft durch das Mundstück in den Beutel aus, so dass sich dieser langsam füllt und durch das Loch am Beutelende nach außen strömt.
- Während Sie noch ausatmen, der Beutel also noch mit Ihrer Atemluft gefüllt ist, stecken Sie das Probenröhrchen (mit der Gummistopfenseite) unter leichtem Druck auf die seitlich am Mundstück angebrachte Entnahmevorrichtung. Dabei durchdringt eine Nadel den Gummistopfen des Probenröhrchens. Ihre Atemluft strömt nun in das mit einem Vakuum versehene Röhrchen. Ziehen Sie das Probenröhrchen wieder aus der Entnahmevorrichtung und legen es zum Versand bereit.
- Nach der Entnahme der Referenzprobe (Nr. 1) trinken Sie die Testlösung. Vermerken Sie die Uhrzeit auf dem Testprotokoll (dies entspricht dem Testzeitpunkt 0).
- Nach 30, 60, 120 und 180 Minuten entnehmen Sie die weiteren Atemgasproben, wie unter Punkt 1 bis 3 beschrieben. Vermerken Sie die Uhrzeiten der jeweiligen Atemgasprobenahmen ebenfalls auf dem Testprotokoll.



### VERPACKEN UND VERSENDEN

Bitte geben Sie die Probenröhrchen zusammen mit dem ausgefüllten Anforderungsbogen in die Versandtasche und bringen diese zum Briefkasten oder zum Postamt. Versandtasche muss nicht mehr frankiert werden.



*Geschafft! Sie erhalten eine E-Mail, wenn Ihre Ergebnisse vorliegen.*



Auguste-Viktoria-Straße 91, Charlottenburg  
14193 Berlin, Tel. 030 88 66 33 73  
praxis@natura-heilpraxis.de  
www.natura-heilpraxis.de



ORY-BERLIN.DE