



## DIAGNOSTIKA LAKTOZNE INTOLERANCE

(merjenje H<sub>2</sub> v izdihanem zraku - navodilo pacientom)

Spoštovani,

zdravnik vas je napotil na diagnostiko laktozne intolerance za oceno ali zdravljenje vašega zdravstvenega stanja. Da bi lažje razumeli preiskavo in se nanjo pravilno pripravili, vam posredujemo nekaj informacij.

### KAJ JE VODIKOV DIHALNI TEST?

Za diagnosticiranje laktozne intolerance se lahko poslužujemo več diagnostičnih metod. Ena izmed indirektnih diagnostičnih metod je vodikov dihalni test. Uporabljamo ga za potrditev neprebavljenih sladkorjev kot so npr. mlečnega - laktoze, sadnega - fruktoze, ipd. Težave kot so napenjanje, bolečine v trebuhu in driska, so lahko posledica slabe prebave sladkorjev. Motnja v prebavi mlečnega sladkorja ali laktozna intoleranca je stanje, ko se laktoza v tankem črevesu ne prebavi zaradi pomanjkanja ali odsotnosti določenega encima (laktoze).

V primeru slabe absorpcije pride neprebavljena laktoza v debelo črevo, kjer jo porabljajo bakterije in povzročajo izločanje vodika. Ta se absorbira skozi črevesno steno in naprej v krvni obtok. Vodik se sprosti v pljuča skozi kapilare, ki obkrožajo pljučne mešičke in ga potem izdihamo. To predstavlja osnovo testa tolerance laktoze, kjer pacient po pol dnevnem postu zaužije mlečni sladkor in mu nato lahko natančno ter enostavno izmerimo koncentracijo vodika v izdihanem zraku. Povečana koncentracija izdihanega vodika je posledica zaužitja oziroma slabe prebavljivosti laktoze. Pokaže nam, da se laktoza ni v celoti razgradila. Vodikov dihalni test je enostaven, zanesljiv in neobremenjujoč. Med preprostimi laboratorijskimi metodami ima najboljšo občutljivost. Preiskovanec po ustrezni pripravi na tešče zaužije določeno količino testiranega sladkorja (laktoze) in nato izmerimo koncentracijo izdihanega vodika. Merimo pred zaužitjem in po zaužitju laktoze na 30 minut v intervalih 3 ure skupaj.

### PRIPRAVA PREISKOVANCA

Preiskovanec mora biti tešč 15 ur pred preiskavo, ne sme piti kave, pravega čaja ali alkohola. Dan pred preiskavo ne sme piti gaziranih pijač, ne kaditi, ne uživati jedi z laktozo, ne vzeti antibiotikov in ne odvajal. Lahko pije vodo in nesladkan čaj. Predlog za kosilo dan pred testom je riž in ribe. Pred testiranjem naj zdravstvenemu osebju pove, katera zdravila jemlje in mogoče prehranska dopolnila.

### POTEK PREISKAVE

Preiskovancu bo zdravstveno osebje pokazalo, kako naj globoko vdihne, zadrži dih vsaj 15 sekund in kako naj pravilno zrak izdihne skozi ustnice v ustnik in aparat. Z ustnicami objame ustnik in počasi izdihne zrak do konca, piha počasi in čim dlje. Izdihani zrak se ujame med senzorjem in zaklopko v priključku. Sistem ima veliko upornost toka in pomaga preiskovancu pri doseganju dolgega izdih. Pomembno je, da preiskovanec zrak popolnoma izdahne, ker pomemben delež pri določanju koncentracije H<sub>2</sub> prihaja ravno iz dna pljuč.

Po prvi meritvi na tešče, preiskovanec zaužije izmerjeno količino laktoze, nato v naslednji treh urah vsake pol ure piha skozi ustnik v aparat. Izdihani zrak se absorbira. Če vsebnost H<sub>2</sub> poraste, je test pozitiven. Med testiranje ostane preiskovanec tešč.

### TVEGANJA POVEZANA S PREISKAVO

Zaužitje laktoze lahko privede do napenjanja v trebuhu ali do odvajanje blata. Preiskovanec naj morebitne prebavne težave posreduje zdravstvenemu osebju, da jih bo zabeležilo v opombe testiranja.

### NAVODILA PO PREISKAVI

Po opravljeni preiskavi preiskovanec lahko normalno zaužije hrano in pijačo. V nekaterih primerih lahko prebavne težave še vztrajajo ali pa se šele čez čas pojavijo. Preiskovancu bo izvid posredoval zdravnik, ki ga je na napotil na testiranje laktozne intolerance.

### NA LAKTOZNO INTOLERANČNI TEST STE NAROČENI

Dne \_\_\_\_\_ ob uri \_\_\_\_\_