



POKYNY PRED SIBO TESTOM **DYCHOVÝ TEST NA SYNDRÓM BAKTERIÁLNEHO PRERASTANIA ČREVA**

4 týždne pred vyšetrením

- nepodstúpiť kolonoskopické vyšetrenie, neužívať antibiotiká, ani Endiex

1 týždeň pred vyšetrením

- neužívať lieky ovplyvňujúce konzistenciu stolice a preháňadlá, ani výživové doplnky na báze fruktózy a laktózy (treba vysadiť preháňadlá, probiotiká, Hylak, Smecta)

2-3 dni pred vyšetrením

- nejesť strukoviny, kyslú kapustu, cibuľu, cesnak, orechy, ovocie, obilniny, potraviny a nápoje so zvýšeným obsahom fruktózového (kukurličného) sirupu

1 deň pred vyšetrením

- nepiť žiadne mlieko, nejesť mliečne výrobky

Môžete jesť napr: ryby, hydinu, ryžu, vajcia a piť vodu

**12 HODÍN PRED VYŠETRENÍM NIČ NEJESŤ
NEPIŤ NIČ OKREM ČISTEJ VODY (nežuť žuvačku, cukríky)**

DOKONALÁ PRÍPRAVA JE ZÁKLADOM ÚSPEŠNÉHO VYŠETRENIA:

- ráno min. **2 hod** pred SIBO testom **si umyť zuby**
- nebrať žiadne predpísané lieky, ale je potrebné vziať si ich so sebou na vyšetrenie, užijete ich po vypití roztoku laktulózy
- nefajčiť, nekonzumovať alkohol, nežuť žuvačky, cukríky
- necvičiť, nenamáhať sa
- menej ako 1 minútu pred vyšetrením treba sedieť v úplnom klude a pokojne dýchať

Oboznámiť lekára:

- ak ste alergický alebo beriete nejaké lieky (hlavne antibiotiká, probiotiká)
- ak trpíte ochoreniami pľúc, srdca, máte dýchacie problémy, astmu
- ak máte cukrovku, vážne chronické ochorenia alebo ste tehotná

Ako prebieha dychový test na diagnostiku SIBO?

Meriame množstvo vodíka vo vydychovanom vzduchu. Prvé meranie prebieha nalačno a následne pacient vypije sladký roztok laktulózy, po ktorom sa bude v stanovených intervaloch koncentrácia vodíka opäť premeriavať. **Je nutné rátať s cca 3-4 hodinovou procedúrou**, počas ktorej sa každých 20 minút dýcha do prístroja. Počas testu je zakázaná fyzická aktivita.