

Lactose H₂/CH₄ ademtest

Lactose intolerantie

Informatiebrochure



Geachte heer/mevrouw,

Uw arts heeft bij u een waterstof (H₂) ademtest aangevraagd om lactose-intolerantie uit te sluiten. Om ervoor te zorgen dat u voldoende geïnformeerd bent over de aard en het doel ervan, vragen we u deze tekst te lezen.

Doel en principe van de ademtest

Ademtesten berusten op een eenvoudig principe

Een bepaalde, gemarkeerde teststof wordt ingenomen: een pil, een poeder, een drank, een maaltijd.

Naargelang een goede of foute werking van het maagdarmsstelsel wordt de teststof ofwel opgenomen in het lichaam ofwel uitgescheiden via de uitgeademde lucht. Het meten van de 'markers' in de uitgeademde lucht geeft dan inlichtingen of een bepaald onderdeel van het maagdarmsstelsel al dan niet goed functioneert. Een van de meest gebruikte gemarkeerde atomen is waterstof.

Een typisch voorbeeld van een H₂ ademtest is de "lactose"-ademtest

Lactose (melksuiker) is een dubbel-suiker.

Het bestaat uit twee kleinere suikermoleculen die aaneengeklonken zijn, **namelijk glucose en galactose.**

In de dunne darm moet lactose eerst gesplitst worden in dit glucose en galactose. Het lichaam kan alleen deze kleinere suikers opnemen en als energiebron gebruiken. Sommige mensen missen het benodigde 'lactase'-enzym om het melksuiker te splitsen in de dunne darm en kunnen het dus niet verteren. Het dubbel-suiker lactose komt zo ongewijzigd in de dikke darm terecht, waar de aanwezige bacteriën dit dubbel-suiker wel kunnen verwerken en verteren (metaboliseren, vergisten).

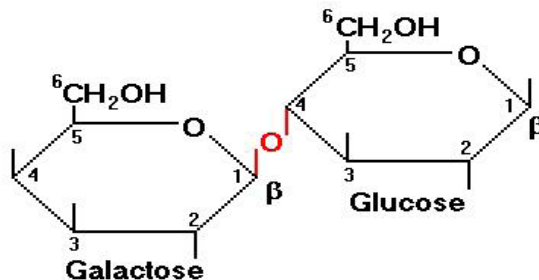
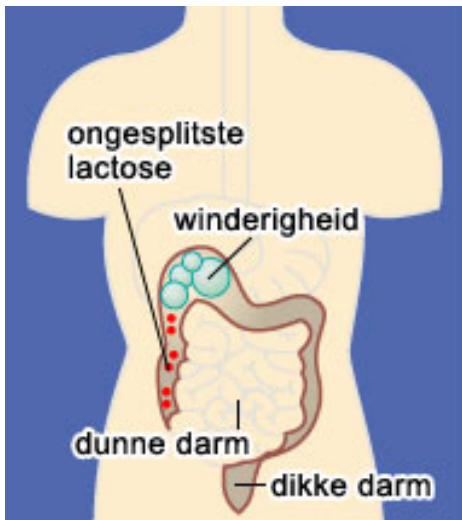
Lactose wordt zo in de dikke darm afgebroken tot o.a. waterstofgas (H₂), koolzuurgas (CO₂) en methaangas (CH₄). Dit leidt dan tot **verschijnselen zoals misselijkheid, buikkrampen, opgeblazen gevoel, overmatige winderigheid, overmatig lucht opboeren, buikloop,...** Het H₂ komt gedeeltelijk via de bloedbaan in de longen terecht en verlaat het lichaam langs de adem. Aanwezigheid van een abnormale hoeveelheid H₂ in de adem duidt dan op bacteriële verwerking van de door ons lichaam niet opgenomen melksuikers. Daarom wordt in de lactose-ademtest de uitademing van H₂ gemeten.



Gezien 5-20 % van de populatie echter géén H₂ produceert, wordt in de uitgeademde lucht tevens een meting naar CH₄ uitgevoerd teneinde de gevoeligheid van het onderzoek te verbeteren. CO₂ wordt eveneens gemeten om na te gaan of je de test correct hebt uitgevoerd (of je goed hebt uitgeademd).

Samenvattend: lactose komt voor in melk en in vele (melk)producten. Als iemand na het nuttigen van melk en/of melkproducten last krijgt van **misselijkheid, buikkrampen, opgeblazen gevoel, overmatige winderigheid of diarree**, dan is deze persoon wellicht **lactose-intolerant**.

Ter bevestiging kan de **ademtest** worden verricht. Aanwezigheid van een abnormaal stijgende hoeveelheid H₂ of CH₄ afkomstig van bacteriële verwerking in de adem na inname van lactose, duidt dan op lactose-intolerantie.



Vorbereiding

De nu volgende zaken zijn van belang voor het slagen van de test en het vermijden van foutieve resultaten.

- Uw gewicht en lengte zullen worden bepaald
- U mag de voorbije 4 weken geen antibiotica hebben ingenomen!
- Als u een darmonderzoek onderging, moet er minstens 1 week en liefst 2 weken gepasseerd zijn alvorens de ademtest uit te voeren!
- Als u een andere ademtest onderging, moet er minstens 48 uur verstrijken alvorens deze ademtest uit te voeren!
- **De dag voor het onderzoek mag u geen vezel- of koolhydraatrijke maaltijd eten.** Zie schema restenarm dieet op pg 5.
- U dient nuchter te zijn:
niet eten of drinken gedurende 12 uur voorafgaand aan het onderzoek
- De test wordt 's morgens uitgevoerd op de dagzaal interne geneeskunde
- Noteer de medicatie die u inneemt
- Tijdens de test mag u niet eten of drinken
- Tijdens de test mag u niet roken
- **Tijdens de test moet u in rust blijven, u mag u niet rondlopen** (je kan wat papierwerk doen, iets lezen,...)



Restenarm dieet, dagschema voor onderzoek

Ontbijt

- wit brood
- besmeerd met minarine
- gelei / magere smearkaas / magere platte kaas / magere sneetjes kaas
- koffie of thee met zoetmiddel / suiker en melk (met mate)

Middagmaal

- vetarme gemixte en gezeefde soep
- portie mager vlees van rund, varken, kalf, paard, kip, kalkoen, of magere vis: kabeljauw, tong, schol, schelvis, wijting, tarbot, heilbot, zalm (vlees of vis lichtjes bakken of pocheren)
- witte rijst, witte deegwaren of magere puree (een kleine hoeveelheid)
- kleine portie ontvette saus
- witte yoghurt of halfvolle yoghurt licht gesuikerd / magere platte kaas zonder fruit
- of 1x/dag pudding, bereid met melk en zoetmiddel / suiker
- plat water

Vieruurtje

- vetarm licht koekje (petit beurre, boudoir, madeira...)
- koffie of thee met zoetmiddel / suiker en melk (met mate)

Avonddmaal

- wit brood
- besmeerd met minarine
- mager beleg, vb kalkoenham, ham, filet d'Anvers, rosbief, tong, magere kaas, magere smearkaas, magere vis...
- vetarme gemixte en gezeefde soep
- koffie of thee met zoetmiddel / suiker en melk
- witte yoghurt of halfvolle yoghurt licht gesuikerd / magere platte kaas zonder fruit
- of pudding 1x/dag, bereid met melk en zoetmiddel / suiker

Niet eten of drinken gedurende 12 uur voorafgaand aan het onderzoek !



Verloop van het onderzoek

- Bij het begin van het onderzoek dient u **via een mondstuk uit te ademen in een spuit** (controlestaal van uw adem voor het begin van de test).
- Dan neemt u de teststof in: **50 gram lactose, in een glas water opgelost** (kinderen: 2 gram/kg gewicht met een maximum van 50 gram). 50 gram lactose komt overeen met de hoeveelheid lactose in 1 liter melk.
- Daarna dient u **elke 30 minuten via het mondstuk uit te ademen in de spuit**.
- De **test duurt 3 uur** (waarbij u dus enkel om het half uur enkele seconden moet blazen).



Na het onderzoek

De waterstof- en methaanconcentratie in de adem wordt rechtstreeks gemeten (elektrochemisch) met een speciaal daarvoor ontworpen toestel. Een significante stijging van waterstof en/of methaan boven de nuchtere waarden, bevestigt de diagnose van lactose-intolerantie.

In principe krijgt u de uitslag van het onderzoek nog tijdens de dagopname zelf.

Veiligheid en risico's

Risico's

Een kortdurende verslechtering van uw klachten gedurende de eerste 24 uur na de test bij een positieve diagnose.

Infectie

Geen risico



Vragen en info

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen over dit onderzoek? Aarzel dan niet om deze voor uw onderzoek aan uw behandelend arts te stellen. Mocht u om dringende redenen uw afspraak niet kunnen nakomen, verwittigt u zo spoedig mogelijk het secretariaat inwendige geneeskunde. Er kan dan een nieuwe afspraak gemaakt worden.

Secretariaat maag-, darm- en leverziekten

T 051 42 51 60

website www.gastrotielt.be

interne@sintandriestielt.be

1ste verdiep Route 30 wachtzaal C

Artsen

- Dr. De Coninck Steven
- Dr. Baertsoen Chantal
- Dr. De Decker Evelyne
- Dr. De Zutter Astrid

Spoedopname

Buiten de kantooruren, in het weekend en op feestdagen kunt u voor dringende problemen langskomen tot de dienst spoedgevallen van het Sint-Andriesziekenhuis, voor vragen spoeddienst T 051 42 50 67

Sint-Andriesziekenhuis

Bruggestraat 84
8700 Tielt

website www.sintandriestielt.be

T 051 42 51 11 algemeen onthaal ziekenhuis

Uw onderzoek gaat door op:

datum:

uur:

Aanmelden aan de kiosk in de inkomhal - gelijkvloers





Uw gezondheid, onze zorg.

Sint-Andriesziekenhuis vzw
Bruggestraat 84, 8700 Tiel
T 051 42 51 11 - F 051 42 50 20
info@sintandriestielt.be
www.sintandriestielt.be

Inwendige Ziekten

T 051 42 51 60
interne@sintandriestielt.be
www.gastrotielt.be



14/09/23

