

## Lattosio, intolleranza, breath test

Il breath test viene effettuato per valutare l'incapacità dei pazienti nel digerire alcune sostanze presenti nella dieta quotidiana, causa di disturbi addominali. Nello specifico, permette di definire la capacità di digerire alcuni zuccheri, come il lattosio, oppure di valutare l'eventuale presenza di una crescita batterica intestinale anomala, anch'essa causa di disturbi addominali.

I test prevedono l'assunzione di una dose prestabilita dello zucchero da valutare.

Non viene somministrato alcun farmaco ma solo dosi calcolate di zuccheri normalmente presenti nella dieta quotidiana.

Il paziente dovrà soffiare all'interno di speciali contenitori prima e dopo 30, 60, 90, 120 e 180 minuti dall'assunzione del substrato da studiare.

Chi soffre di diabete può eseguire il test, ma deve segnalare la propria condizione al medico specialista nel momento in cui prenota e comunque prima di iniziare l'esame.

Il campione ottenuto verrà poi analizzato per valutare la composizione dell'aria espirata dal paziente, per verificare la produzione e la relativa quantità di alcuni gas, come l'idrogeno, prodotti in caso di intolleranza.

### PREPARAZIONE

7 GIORNI PRIMA SI RICHIEDE DI NON ASSUMERE:

- fermenti lattici
- yogurt
- antibiotico

GIORNO PRIMA:

è sconsigliata l'assunzione di pane, pasta, verdura, frutta, dolci e bevande gassate:

**colazione:** thè o caffè con fette biscottate

**pranzo e cena:** riso condito con olio extravergine di oliva; carne o pesce ai ferri o bollito.

GIORNO DEL TEST SI RICHIEDE:

- di essere a digiuno da 8 ore
- di non fumare da 8 ore
- di lavarsi accuratamente i denti e sciacquarsi la bocca con un collutorio.

se il test viene eseguito nelle ore pomeridiane si può fare una colazione ed un pranzo leggeri entro le ore 12.00.

ESEMPIO:

**colazione:** una tazza di tè o di caffè con 3 fette biscottate

**pranzo:** 100 g di riso condito con olio extra vergine di oliva oppure 120 g di merluzzo o di sogliola cucinati al vapore o al forno conditi con poco olio oppure 100 g di petto di pollo o di tacchino cucinati alla griglia.

**durata del test:** 4 ore