

## PREPARAZIONE BREATH TEST AL LATTOSIO

(Test per la determinazione di intolleranza al lattosio)

***In caso di preparazione non scrupolosamente eseguita, NON è possibile svolgere l'esame.***

***Rimandare l'esecuzione dell'esame in presenza di diarrea importante, di patologie intestinali***

***acute (salmonellosi e gastro-enteriti) ed in caso di recenti procedure diagnostiche a cui il paziente si è sottoposto (colonscopia).***

**È necessario rispettare alcune NORME per la corretta riuscita del test stesso:**

a) Nei **15 giorni che precedono l'esame**, il paziente deve evitare l'assunzione di antibiotici.

b) Nei **7 giorni che precedono l'esame**, il paziente non deve fare alcuna terapia a base di: fermenti lattici, procinetici e lassativi. *L'utilizzo di terapie con antibiotici o l'abuso di lassativi, può ridurre la flora intestinale, compromettendo il risultato del test.*

c) Il **giorno precedente l'esame**:

Evitare:

- Carboidrati complessi e fibre (frutta, verdura, pane, pasta e legumi);
- Alcolici e bevande gassate;
- Caramelle e gomme da masticare;
- Condimenti ad eccezione di una ridotta quantità di olio.

Rispettare le seguenti istruzioni alimentari:

- **Colazione**: un bicchiere di tè o caffè d'orzo.
- **Pranzo**: riso bollito condito con poco olio, oppure carne/pesce ai ferri condito con poco olio.
- **Merenda**: tè o caffè d'orzo.
- **Cena**: riso bollito condito con poco olio, oppure carne/pesce ai ferri condito con poco olio.
- **Bevande**: acqua naturale o minerale non gassata.

d) Il **giorno dell'esame**:

1. Essere a digiuno da almeno 8/10 ore;
2. Evitare di bere acqua oppure, in caso di necessità, bere solo mezzo bicchiere di acqua non gassata;
3. Evitare assolutamente di fumare;
4. Evitare di sottoporsi a sforzi fisici eccessivi;
5. È permesso lavarsi i denti.

e) **Prima dell'esame**, lavaggio orale con un collutorio a base di *Clorexidina*.

f) **Durante l'esame**:

1. Evitare di dormire;
2. Evitare di bere (anche l'acqua);
3. Evitare assolutamente di fumare;
4. Informare il medico circa la manifestazione di alcuni sintomi in modo da agevolare l'interpretazione dell'esame.

**Durata del test : 4 ore**

***In caso di intolleranza al lattosio, per maggiori chiarimenti ed informazioni utili riguardo la dieta da seguire e l'intolleranza stessa, è possibile rivolgersi all'Associazione Italiana Latto-Intolleranti Onlus (AILI), consultando il sito [www.associazioneaili.it](http://www.associazioneaili.it)***