

Orientações para realização do teste respiratório do hidrogênio no ar expirado.

- Jejum mínimo de 8 horas
- Não comer, beber ou fumar até que o exame esteja terminado
- Não consumir balas ou chicletes
- Realizar enxague com antisséptico bucal imediatamente antes do teste.
- Suspender uso de Inibidor de bomba de prótons um dia antes do teste.
Ex: Omeprazol, Pantoprazol, Esomeprazol, Rabeprazol, Lansoprazol e Vonoprazana
- Medicamentos críticos tais como aqueles para o seu coração, pressão arterial, respiração ou convulsões, devem ser tomados com goles de água na manhã do exame.
- Sintomas até 8 horas do término da realização do exame devem ser comunicados.
- Não ingerir qualquer alimento que apresente digestão lenta (feijão, farelo e cereais ricos em fibras) durante 24 horas antes do teste.
- Qualquer suplemento de fibra ou Laxantes devem ser descontinuados.
- Tratamento com antibióticos recente e / ou diarreia podem resultar em uma falsa leitura
- Esteja ciente de que o tempo de trânsito reduzido, observado em pacientes com Diabetes e aqueles que se recuperam da cirurgia gástrica, podem gerar falsas leituras.

	PERMITIDO	EVITAR
Grãos e amido	Arroz, batata, aveia, pipoca, alimentos sem glúten, cereal a base de flocos de milho e flocos de arroz	Produtos de trigo (pão, massas, bolachas, biscoitos, bolo, cereais, cevada)
Vegetais	Pimentão, cenoura, cebolinha, pepino, berinjela, couve, alface, azeitona, espinafre, abóbora, abobrinha e tomate	Alho, couve-flor, cogumelo, cebola, ervilha, quiabo
Frutas	Banana, mirtilo, uvas, melão, kiwi, limão, laranja, mamão, abacaxi, morango	Maçã, cereja, frutas secas, manga, pera, pêsego, melancia, ameixas
Proteínas	Carne, ovos, peixe	Feijão, grão de bico, soja, castanha de caju.
Laticínios	Leite, iogurte, sorvete sem lactose, leite de arroz, queijo envelhecido	Leite, iogurte, sorvete, queijo, cottage, ricota, leite de soja, leite de amêndoa
Bebidas	Água, café, chá e bebidas sem açúcar	Refrigerantes e outras bebidas com frutose ou xarope de milho
Adoçantes	Adoçantes (Stevia)	Mel, adoçantes com frutose