

DESCRIZIONE DELL'H2 BREATH TEST AL LATTOSIO (TEST DEL RESPIRO AL LATTOSIO)

Il **Breath Test al lattosio** è il test di riferimento non invasivo più affidabile ed economico per dimostrare un malassorbimento di lattosio (zucchero presente nel latte). Non è sufficiente accorgersi di avere sintomi dopo la ingestione di latte (diarrea, gonfiore, flatulenze, fastidio addominale), perché questi possono essere dovuti sia ad una mal digestione di lattosio che ad una intolleranza alle proteine del latte e la dieta conseguente può essere molto diversa.

Il test misura la quantità di idrogeno del respiro prima e dopo la somministrazione di 25 gr di lattosio, che in molti soggetti può essere difficilmente digeribile. L'idrogeno è un gas innocuo che normalmente è presente in minima quantità nel nostro respiro. Tale quantità può aumentare a livello gastro-intestinale qualora ci sia uno scarso assorbimento di lattosio dovuto a un deficit dell'enzima specifico (lattasi).

Il protocollo di questo esame è quello previsto dalla Conferenza di Consenso di Roma 2009.

Per eseguire correttamente questo esame il paziente deve attenersi a queste indicazioni:

- 1) **NON AVER ASSUNTO ANTIBIOTICI E LASSATIVI EVACUATIVI** (PURGHE O PREPARAZIONI PER ESAMI DEL COLON) NEL MESE PRECEDENTE L'ESAME, **FERMENTI LATTICI** NEI 10 GG. PRECEDENTI L'ESAME.
- 2) LA SERA PRIMA DELL'ESAME CENARE CON RISO LESSATO E CARNE ARROSTITA (O LESSATA O ALLA GRIGLIA), ACQUA NATURALE, UTILIZZANDO PER CONDIMENTO SOLO OLIO D'OLIVA - **EVITARE VERDURA, FRUTTA, PASTA, PANE, VINO E ALTRE BEVANDE**. ***SE LA PREPARAZIONE NON VIENE SEGUITA SCRUPOLOSAMENTE, IL PERSONALE SANITARIO SI RISERVA IL DIRITTO DI NON PROSEGUIRE CON L'ESECUZIONE DELL'ESAME.***
- 3) LAVARSI I DENTI SIA DOPO CENA CHE AL MATTINO.
- 4) MANTENERE IL DIGIUNO ASSOLUTO PER TUTTA LA NOTTE E PER TUTTA LA DURATA DEL TEST.
- 5) NON FUMARE DALLA SERA PRIMA.
- 6) L'ESAME DURA 4 ORE; UNA SOFFIATA OGNI MEZZ'ORA.
- 7) PRIMA DELL'ESAME COMPILARE IL CONSENSO PER LA PRIVACY E LA PRATICA AMMINISTRATIVA.
- 8) SCIACQUARE LA BOCCA CON IL COLLUTORIO (A BASE DI CLOREXIDINA) FORNITO DALLA STRUTTURA.
- 9) DURANTE TUTTA LA DURATA DELL'ESAME: NON MANGIARE, NON FUMARE, NON FARE ATTIVITA' FISICA A PARTE CAMMINARE.
- 10) AL TEMPO "0" (zero) ASSUMERE 25 GR DI LATTOSIO (2 BUSTINE) IN **250cc** DI ACQUA NATURALE E SEGUIRE LE ISTRUZIONE DEL PERSONALE DELLA STRUTTURA PER SOFFIARE CORRETTAMENTE NEL BOCCAGLIO. LE SACCHE DEVONO GONFIARSI BENE. CHIUDERE OGNI SACCA DOPO LE SOFFIATE.
- 11) COMPILARE OGNI MEZZ'ORA LE SCALE ANALOGICHE DEI SINTOMI SUL FOGLIO CHE VERRA' CONSEGNATO AL MOMENTO DELL'ESAME.