

10. TEST DEL ALIENTO PARA LA INTOLERANCIA A AZUCARES (LACTOSA, FRUCTOSA, SACAROSA, SORBITOL, ETC)

Preparación del paciente:

- 24 horas antes: No tomar alimentos ricos en fibra vegetal y almidón (excepto arroz blanco). Por ello, se recomienda no ingerir, legumbres, cereales, verduras y hortalizas. Tampoco se puede tomar azúcar, pasteles, mermelada, zumos y fruta.
Si se realiza prueba de Lactosa: No tomar productos lácteos, ni derivados

Si puede tomar: Huevos, carne, pescado, arroz blanco (lavado), champiñones, infusiones sin azúcar, agua sin gas, embutidos no elaborados (jamón serrano/ibérico).

- 12 horas antes: No comer, no cepillarse los dientes.
- 8 horas antes: No beber agua.
- 6 horas antes: No hacer ejercicio.
- 30 minutos antes de la prueba: No fumar, no mascar chicle.
- Acudir a la prueba sin haberse cepillado los dientes, ni usar dentífrico. Pero si debe de realizar aseo bucal (con clorhexidina o similares, evitando el tragar) para reducir la interferencia de las bacterias bucales.
- Dejar de tomar las siguientes medicinas:
 - 30 días antes de la prueba: Antibióticos
 - 7 días antes de la prueba: Laxantes
- 15 días antes: No tomar probióticos
- Dejar pasar 30 días desde un lavado intestinal o un examen de enteroscopia.

Realización de la prueba (ej. Lactosa)

1. Soplar en el primer tubo (muestra basal). Para conseguir una cantidad de muestra adecuada, se recomienda contener el aliento lo más que se pueda para que la concentración de CO₂, H₂ y CH₄ sea la mayor posible. Seguidamente, el paciente debe de introducir el tubo flexible dentro del tubo, soplar con él y seguir soplando al tiempo que va sacando el tubo flexible. El tubo de recogida de muestra se ve empañarse de aliento condensado. Cerrar el tubo de recogida de muestra con el fin de que no se pierda. Se recomienda enroscar hasta que el tapón no gire fácilmente y después girar con cuidado un cuarto de vuelta más.
2. Tomar el sustrato disuelto en 250 mL de agua (se aconseja 1 g de lactosa por Kg de peso hasta un máximo de 25 g disueltos en 250 mL de agua).
3. Después de tomar el sustrato se comienza a contar el tiempo y se toman muestras cada 25 MINUTOS durante 3 horas.
4. Verificar que el tiempo de recogida coincide con el marcado en los tubos de recogida de muestras previamente.