

PREPARO DE TESTES RESPIRATÓRIOS COM HIDROGÊNIO EXPIRADO

(Lactose, Frutose, SIBO, Frutano, Sorbitol, xilitol)

O preparo é importante, leia com atenção as informações abaixo:

Informações

- O exame tem duração de 90 minutos a 3 horas com coleta de amostras expiratórias, por sopros, em intervalos regulares de 15 ou 30 minutos, dependendo da indicação.
- Durante e após a realização do exame poderão surgir sintomas que foram o motivo de indicação do seu exame, sendo indicado não marcar compromissos importantes após o mesmo .

Medicações (suspensão antes da data do exame)

- Antibióticos oral ou venoso - 4 semanas antes. Uso de antibióticos tópicos (para pele, olhos e ouvidos) está liberado. Suspender uso de probióticos.
- Preparo de colono ou enema opaco (RX do intestino grosso com contraste).- deve ser dado um intervalo de pelo menos 2 semanas
- Saxenda ® ou Ozempic ® (se em uso) - 1 semana antes .
- Prócinéticos (motilium ®, bromoprida®, digeplus® ou similares) ou laxantes - 2 dias antes

Dieta (A partir da manhã da véspera do exame)



Alimentos proibidos:

- Não ingerir leite ou derivados, mel, refrigerantes, bebidas esportivas (ex.: Gatorade, etc.), bebidas alcoólicas ou sucos de fruta, especialmente os industrializados, laxantes, Suplementação de fibras (ex.: Metamucil®, Benefiber®, Plantaben®, etc.). Alimentos com alto teor de fibras (aveia, arroz integral, linhaça, pão integral), cereais matinais, laranja, maçã, manga, ameixa, couve, couve-flor, repolho, agrião, berinjela, feijão, lentilha, ervilha, etc), alho, cebola, nozes, condimentados.



Alimentos Permitidos:

- Pão francês sem miolo, arroz branco, tapioca sem recheio, macarrão de arroz ou sem glúten, biscoito de arroz, pipoca, carne branca (frango ou peixe grelhado uma porção), ovo frito ou mexido somente com azeite e sal, abobrinha, batata, cenoura, chuchu, banana, mamão, quinoa, gelatina dietética, leite de soja ou sem lactose, chá ou café sem açúcares e adoçantes. Apenas sal e azeite de oliva extra virgem são permitidos.

Sugestão de Cardápio para véspera do exame

Lanche (Manhã e tarde):

- Pão francês sem miolo, torrada, tapioca (SEM RECHEIO), bolacha de água e sal, ovo quente ou mexido com pequena quantidade de azeite. Chá erva cidreira, camomila (NÃO PODE SER ADOÇADO). Biscoito de arroz.
- No meio da tarde pode-se fazer um lanche, desde que sejam os mesmos alimentos permitidos no lanche da manhã.

Almoço e jantar:

- Prefira arroz branco, legumes (tais como chuchu, abóbora, cenoura, batata, abobrinha cozidos). Os alimentos não poderão ser preparados com alho, cebola ou temperos, somente com sal, limão, cheiro verde e azeite.
- Proteína: Ovos cozidos ou mexidos, carne branca de frango, atum em água (enlatado) ou peixe grelhado.

Iniciar jejum após às 20:00h (somente água está liberada até meia noite)

Clínica Gastrocentro Carioca

Rua Uruguaiana 10 - sala 1304 . Centro

Rio de Janeiro . RJ. CEP: 20050-902. (21) 22421637 / 22324187/ 98568-3807

Atenção

Manhã do exame:

- Pessoas que utilizam prótese dentária, não devem usar corega ou similar.
- Estar em jejum ; Não mascar chicletes ou ingerir vitaminas. Não fumar ou realizar qualquer atividade física nas 2 horas anteriores ao exame.
- Se faz uso de medicamentos de uso contínuo, é importante levá-los ao local do exame . Poderá fazer uso antes do exame, conforme sua rotina habitual.
- Importante trazer sua escova de dentes!
- Não é necessário acompanhante para este exame.

Clínica Gastrocentro Carioca

Rua Uruguaiana 10 - sala 1304 . Centro

Rio de Janeiro . RJ. CEP: 20050-902. (21) 22421637 / 22324187/ 98568-3807