

HIDROGÉN- (H₂) ÉS METÁN- (CH₄) KILÉGZÉSES TESZT BETEGTÁJÉKOZTATÓ CSECSEMŐK ÉS GYERMEKEK SZÜLEI RÉSZÉRE

Tisztelt Szülők!

Igyekeztünk minden, a hidrogén- (H₂) és metán- (CH₄) kilégzéses teszttel kapcsolatos vizsgálatához szükséges információt összegyűjteni, különös figyelmet fordítva a csecsemők és gyermekek igényeire, valamint azokra a szempontokra, amelyek az Önök számára hasznosak és fontosak lehetnek.

MIT KELL TUDNI A TESZTRŐL?

A hidrogén- (H₂) és metán- (CH₄) kilégzéses teszt három különböző reagens alkalmazásával történik, amely három eltérő betegség vagy állapot diagnosztizálásában segít:

1. **Tejcukor-érzékenység (laktózingtolerancia):** laktóz reagens alkalmazásával végezhető – 3 hónapos kortól csecsemők esetében is elvégezhető a vizsgálat, mivel az anyatej természetes módon tartalmaz tejcukrot (laktózt).
2. **Gyümölcscukor-felszívódási zavar (fruktóz malabsorptio):** fruktóz reagens használatával.
3. **Kontaminált vékonybél szindróma (SIBO – small intestinal bacterial overgrowth syndrome):** laktulóz reagens segítségével.

Amennyiben több vizsgálatot is szeretne elvégeztetni gyermekénél, kérjük, vegye figyelembe, hogy a tesztek között legalább egy hét szünetet kell tartani a pontos eredmények érdekében!

A teszt menete

- A teszt időtartama körülbelül 3 óra, ez idő alatt munkatársunk több alkalommal méri a gyermek által kilélegzett levegő hidrogén- és metántartalmát.
- A vizsgálat kezdetén a gyermeknek meg kell innia a számára előkészített folyadékot. Ezután meghatározott időközönként kell egy zsákba/kis pipába kell fújniuk a gyermekeknek. Időrendi sorrend szerint: 0 perc (éhségtől állapotban), majd 15, 30, 60, 90, 120, 150 és 180 perc.
- **Kizárólagos anyatejes táplálás esetén:** munkatársaink egyeztetnek az édesanyával a szükséges terhelés – anyatej vagy tejcukor oldat – módjáról.
- **3 hónapostól 7 éves korig:** a gyermek egy speciálisan kialakított, zsákszerű készülékbe fúj. Az eszköz lehetővé teszi, hogy sírás, lihegés vagy egyéb hasonló helyzetek esetén is elegendő mennyiségű levegőt gyűjtsünk a méréshez, így a vizsgálat pontosan elvégezhető.
- **7 éves kor felett** a gyermeknek a kilélegzett levegőt egy csutorába/kis pipába kell fújnia. Ez az eszköz egyszerűen használható, így a gyermekek együttműködőek a vizsgálat során.

Szülői segítség a felkészüléshez: otthon érdemes gyakoroltatni a gyerekekkel egy lufi vagy zacskó felfújását. Ez játékos módon segít az irányított kilégzés elsajátításában, miközben oldja a vizsgálatot kapcsolatos feszültséget. A vizsgálat kezdetén a szülő megmutathatja a gyermeknek, hogyan kell a zsákba vagy csutorába fújni. Ez nemcsak megkönnyíti a feladat megértését, hanem jelentősen csökkentheti a gyermek szorongását is.

Mit hozzanak magukkal a vizsgálatra?

A szülőknek érdemes magukkal hozniuk:

- Poharat vagy cumisüveget, amelyet a gyermek szívesen használ, és amiből szívesen megissza a vizsgálatához szükséges, felkínált édes folyadékot.
- Váltóruhát (alsóneműt) arra az esetre, ha a vizsgálat közben bármilyen kellemetlenség történne. Ha csecsemő vagy kisgyermek vizsgálatáról van szó, akkor pelenkát, törölközőt, otthon használt tusfürdőt, hogy szükség esetén kényelmesen tisztába tehesék a gyermeket.
- Kedvenc játékot, mesekönyvet, mellyel a vizsgálatok közben eljátszhatnak a gyermekek.
- Tejcukor-érzékenységi vizsgálat esetén a hatodik kilégzést követően, azaz a 90. perc után a gyermek ehet kis adag laktózmentes készítményt, például kekszet vagy tehéntejmentes szendvicset és buborékmentes vizet ihat.

A megfelelő előkészületek hozzájárulnak ahhoz, hogy a vizsgálat során a gyermek és a szülő is komfortosan érezze magát.

HOGYAN KÉSZÍTSE FEL GYERMEKÉT A VIZSGÁLATRA?

A pontos diagnózis érdekében rendkívül fontos, hogy az alábbi előírásokat betartsák. Amennyiben kérdésük merülne fel, forduljanak bizalommal munkatársainkhoz, akik szívesen segítenek!

Általános tudnivalók

- Lázás állapot vagy hurutos megbetegedés esetén a tesztet nem lehet elvégezni!
- Kérjük, hogy az időpont-előjegyzés alkalmával, vagy a vizsgálatra érkezés előtt 48 órával telefonon jelezzék a recepció munkatársainak, ha gyermekük az elmúlt két hétben beteg volt.
- A vizsgálatot éhgyomorra kell végezni, ezért az étkezéssel kapcsolatos szabályokat különösen fontos betartani (lásd lent)!

Mit kell tudni a gyermek gyógyszereszedéséről?

1. Ha a gyermekük **laktózt tartalmazó gyógyszert szed**, a gyermek-gasztroenterológus szakorvos dönthet a készítmény ideiglenes szüneteltetéséről, vagy figyelembe veszi annak laktóztartalmát a vizsgálati eredmények értékelésekor.
2. Az **antibiotikum szedése befolyásolja a teszt eredményeit**, ezért antibiotikus kezelés befejezését követően **várjanak legalább 15 napot a vizsgálat előtt**.
3. **Ne adjanak probiotikumot** gyermeküknek a vizsgálatot megelőző egy hétben.
4. **Kerüljék az emésztésre ható gyógyszerek alkalmazását** a vizsgálatot megelőző két hétben, beleértve a következőket:
 - Protonpumpa-gátlók (PPI-k),
 - H₂-receptor blokkolók,
 - gyomorra ható gyógyszerek vagy savlekötők.
5. **Ne használjanak hashajtót a vizsgálat előtti két napban.**

AZ ÉTKEZÉSEL ÉS A SZÁJHIGIÉNIÁVAL KAPCSOLATOS KORLÁTOZÁSOK

A vizsgálat előtti napon

Kérjük, a vizsgálat előtti napon **ne adjon gyermekének puffasztó ételeket**, például hüvelyeseket (bab, lencse, borsó), káposztát, brokkolit, karfiolt, hagymát vagy fokhagymát. Az esti étkezés legyen könnyű és egyszerű: kínáljon főtt burgonyát, rizst, natúr csirke- vagy pulykamellet. Készíthet szendvicset laktózmentes sonkából fehér kenyérből, kifliből. Ügyeljen arra, hogy **az ételek könnyen emészthetők legyenek, és ne terheljék meg a gyermek emésztőrendszerét**. A vizsgálat előtti napon kizárólag szénsavmentes vizet fogyasszon gyermeke. Este 19 óra után már ne étkezzon, és vizet igyon! Lefekvés előtt kérjük, hogy a gyermeke alaposan mosson fogat!

A vizsgálat napján

A vizsgálatra **éhygomorral kell érkezni, buborékmentes vizet ihat** a kisgyermek. A vizsgálat előtt **fogmosás helyett csak tisztán vízzel öblögessen**, vagy fogkrém nélkül, egy új fogkefével mossa meg a fogait. Ez segít elkerülni, hogy a fogkrém vagy más szájapolási termékek befolyásolják a teszt eredményét. **Ne adjanak rágógumit gyermeküknek!**

TANÁCSOK HÁNYÁS ÉS/VAGY HASMENÉS ESETÉRE A VIZSGÁLATOT KÖVETŐEN

Hányás és/vagy hasmenés a vizsgálat közben vagy után normális mellékhatásnak számíthat azoknál a gyermekeknél, akik érzékenyek a vizsgálatához használt reagensre. Ezek a tünetek addig jelentkezhetnek, amíg a szervezetből ki nem ürül a reagens, ami **akár 1-2 napon belül is okozhat panaszokat**.

Hányás esetén

- Folyadékpótlás kiemelten fontos! Ha a gyermek kihányja az elfogyasztott folyadékot, várjanak egy kicsit, majd próbáljanak újra inni adni neki. Eleinte csak kis kortyokat kapjon, amíg a folyadék meg nem marad benne.
- Ha a gyermek görcsöl vagy fájdalmai vannak, életkorának és súlyának megfelelő adagú görcsoldó készítményt kaphat. Fontos tudni: ha a gyermek kihányja a gyógyszert, újabb adagot csak a következő napszakban adjanak neki, ne próbálják rögtön pótolni.
- Amint a hányás megszűnik, a gyermek igyon bőséges mennyiségű folyadékot, lehetőleg meleget, hogy a szervezet hidratációja helyreálljon, és a bélmozgások (perisztaltika) elősegítsék a reagens kiürülését.

Hasmenés esetén

- Ne adjanak hasfogót! Fontos, hogy a szervezet természetes módon ürítse ki a vizsgálatához használt reagenst.
- Gondoskodjanak a gyermek megfelelő folyadékpótlásáról, hogy elkerüljék a kiszáradást.
- Amint a hasmenés enyhül, adhatnak könnyen emészthető, kímélő ételeket (pl. főtt burgonya, rizs, sós keksz).

Mikor forduljanak orvoshoz?

- Ha a tünetek 1-2 napnál tovább fennállnak, vagy a gyermek állapota nem javul.
- Ha a gyermeknél kiszáradás jelei mutatkoznak (pl. keveset pisil, szája kiszárad, bágyadt).
- Ha a gyermek állapota hirtelen rosszabbodik, és nem reagál a tüneti kezelésre.

A hányás és hasmenés kezelése során a legfontosabb a türelem és a gyermek megfelelő hidratációjának fenntartása. A tünetek általában maguktól megszűnnek, amint a reagens teljesen kiürül a szervezetből.

KÉRJÜK, ÉRKEZZENEK PONTOSAN!

Pontosságukkal segítik munkánkat és a rendelés zavartalan menetét. További kérdéseikkel forduljanak bizalommal munkatársainkhoz, akik szívesen segítenek a vizsgálatra való felkészülésben.

További kérdéseivel forduljon bizalommal munkatársainkhoz, akik örömmel segítik Önt a vizsgálatra való felkészülésben!

Köszönjük együttműködésüket, és várjuk Önöket a vizsgálaton!

Pesti Klinika

1083 Budapest, Szigony utca 26-32.

+36 1 870 0506

+36 20 527 7005

konzultaciopest@gasztroclinika.hu

Budai Klinika

1037 Budapest Bokor utca 17-21.

+36 1 870 0500

+36 20 331 6060

konzultacio@gasztroclinika.hu

gasztroclinika.hu | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [YouTube](#)