

ISTRUZIONI PER LA PREPARAZIONE AL BREATH TEST PER L'INTOLLERANZA AL LATTOSIO

Per evitare la possibilità di avere una falsa negatività, nel risultato del test, è importante:

- sospendere l'assunzione di antibiotici ed estratti pancreatici nei 7-15 giorni che precedono l'esame;
- sospendere fermenti lattici, lassativi o antidiarroici almeno una settimana prima del test;
- evitare, nelle 24 ore precedenti l'esame, il latte e latticini di origine animale (ammesso, ad esempio, il latte di soia o di riso), ma anche tutti i prodotti alimentari che possono contenere lattosio;
- la sera prima dell'esame mangiare solo ed esclusivamente riso, carne non conservata, uova e pesce, condire solo con olio e sale, evitare il burro e la margarina, e bere solo acqua (gasata o non gasata);
- dalle ore 21.00 del giorno precedente l'esame il paziente deve osservare un digiuno completo (può bere liberamente acqua non gassata);
- si tenga inoltre presente che il lattosio è usato come base per più del 20% dei farmaci prescrittibili e per circa il 6% dei prodotti farmaceutici da banco;
- l'astensione da tutte le possibili fonti di lattosio in vista del breath test dev'essere particolarmente attenta e scrupolosa in caso di marcata intolleranza allo zucchero;
- il giorno prima dell'esame non fumare;
- la mattina dell'esame rimanere a digiuno;
- durante l'effettuazione del test non si può mangiare né fumare, si potrà assumere solo una piccola quantità d'acqua (mezzo bicchiere) naturale non gassata.

È bene rimandare l'esecuzione del Breath Test al lattosio in presenza di diarrea importante, di patologie intestinali acute e in caso di recente sottoposizione (meno di 30 giorni) a procedure diagnostiche come la colonscopia o il clisma opaco.