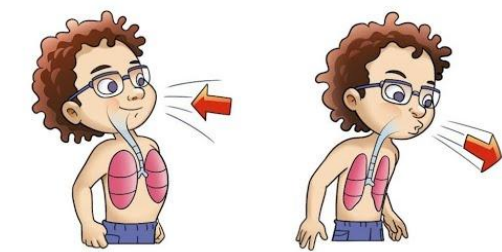




PREPARACIÓN PREVIA TEST AIRE ESPIRADO

HIDRÓGENO, METANO Y SULFURO

- **4 semanas antes:** no tomar antibióticos, ni haber practicado lavado intestinal o colonoscopia.
- **1 semana antes mínimo:** no consumir laxantes/enemas, probióticos, procinéticos, protectores gástricos ni inhibidores de la bomba de protones. *(En caso de no poder evitar alguno de ellos, indicarlo en el documento de toma de muestra / SINTOMATOLOGÍA)*
- **10 horas antes:** ayuno completo (no comer ni beber). NO fumar, ni pintarse los labios.
- **Al despertarse** cepillarse los dientes (con o sin pasta de dientes)
- **1 hora antes:** no dormir, ni realizar ejercicio físico.
- **10 minutos antes:** enjuagar la boca con el colutorio adjunto durante 30 segundos. Descartar líquido, no ingerir.
- **Inmediatamente antes de iniciar el estudio,** inspirar y espirar profundamente 3 veces para renovar todo el aire pulmonar.



IMPORTANTE:

- En caso de **ALERGIAS** conocidas a frutas no se debe realizar la prueba con Fructosa. La Fructosa puede llevar trazas de proteínas de frutas.
- En caso de **diabetes**, consultar con su médico.
- En caso de realizar **más de un estudio de Aliento**, dejar pasar 1 semana MÍNIMO.
- Posponer el estudio **en caso de diarrea aguda/espórádica**

¿Qué NO puedo comer 24h antes?	¿Qué puedo comer 24h antes?
• Productos lácteos (leche, yogures, quesos, mantequillas) • Pasta, pan, cereales, galletas, tostadas, biscotes, ni alimentos integrales • Productos de pastelería o bollería, dulces (caramelos, chicles), ni mermeladas • Legumbres, patata, ni vegetales • Frutas, zumos de fruta, ni refrescos • Embutidos elaborados (jamón cocido, pavo, mortadela, fuet, salchichón etc.) • Frutos secos • Azúcar blanco, moreno, ni edulcorantes • Alimentos con azufre (ajo, cebolla, setas y hongos, verduras crucíferas)	• Huevos (tortilla francesa, huevo duro o frito) • Arroz blanco (sin ajo, ni cebolla, ni salsas) • Embutidos no elaborados (jamón serrano o ibérico) • Carne, pescado blanco o azul • Agua, café solo, té, infusiones sin azúcar

**En caso de vegetarianismo/veganismo sustituya los alimentos de procedencia animal por proteína vegetal*