

Prueba de aliento de hidrógeno *Cómo prepararse y qué esperar expect*

Cómo prepararse

4 semanas antes de comenzar la prueba	2 semanas antes de comenzar la prueba	1 semana antes de comenzar la prueba	1 día antes de comenzar la prueba	El día de la prueba
Fecha:	Fecha:	Fecha:	Fecha:	Fecha:
<ul style="list-style-type: none"> • Dejar de tomar todos los antibióticos • No realizar ningún procedimiento que requiera limpieza de sus intestinos, tales como una colonoscopia o enema de bario 	<ul style="list-style-type: none"> • Dejar de tomar todos los probióticos • Si usted tiene diabetes y toma insulina o medicamentos para la diabetes, hable con su doctor acerca de cambiar las dosis el día de su prueba 	<ul style="list-style-type: none"> • Dejar de tomar todos los inhibidores de protón (PPI, por sus siglas en inglés) que contienen Omeprazole, Lansoprazole, Dexlansoprazole, Esomprazole, Pantoprazole, o Rabeprazole • Dejar de tomar todos los productos laxantes, ablandadores de heces y para incrementar el volumen de heces; tales como Colace, Leche de Magnesia, Ex-lax, Metamucil, o Citrucel • Dejar de tomar todas las medicinas y suplementos que no fueron recetados por su doctor, tales como multivitaminas, remedios herbales, y “saw palmetto” 	<ul style="list-style-type: none"> • Usted puede comer solamente estos alimentos: <ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco simple, cocido al vapor - Pollo o pescado, horneado o asado - Huevos - Agua - Café o té negro sin sabor • Aderezar sus alimentos solamente con sal y pimienta • No utilizar mantequilla o margarina <p>Comenzando 12 horas antes de su prueba:</p> <ul style="list-style-type: none"> • No comer o tomar nada except agua 	<ul style="list-style-type: none"> • Si se lava los dientes en la mañana, esperar 2 horas antes de comenzar la prueba • No utilizar enjuague bucal • No fumar o estar alrededor de alguien que está fumando por lo menos 1 hora antes de comenzar la prueba • Si usted tiene diabetes, siga las instrucciones de su doctor acerca de cualquier cambio en sus medicamentos de diabetes <p>Durante la prueba:</p> <ul style="list-style-type: none"> • No comer, tomar, masticar chicle o tabaco, fumar o comer caramelos o pastillas de menta • Está bien tomar tragos de agua • No dormir o hacer ejercicio <p>Después de la prueba:</p> <p>Usted puede regresar a su dieta y actividades usuales inmediatamente después de la prueba</p>



Cómo encontrarnos

Centro de Salud Digestiva
University of Washington
Medical Center
Surgery Pavilion, 3rd Floor
1959 N.E. Pacific Street
Seattle, WA 98195
206.598.4377

Desde N.E. Pacific St., seguir las señales hacia la Sala de Emergencia (Emergency Room). En la señal de “Pare”, ingresar al estacionamiento del Surgery Pavilion hacia la izquierda.

Después de estacionarse, tomar el elevador hasta el 3er piso. Girar a la izquierda hacia el Centro de Salud Digestiva (Digestive Health Center).

Se incluye un mapa y las tarifas de estacionamiento con este folleto.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Por favor llamar al **206.598.4729** si usted tiene alguna pregunta o preocupación acerca de su prueba de aliento de hidrógeno.

¿Por qué necesito esta prueba?

Su doctor puede solicitarle una prueba de aliento de hidrógeno (HBT – por sus siglas en inglés) si usted tiene alguno de estos síntomas:

- Dolor abdominal
- Cólicos
- Malestar estomacal
- Inflamación
- Diarrea

HBT es una prueba para encontrar si una bacteria en su intestino delgado está causando problemas. Esta prueba puede ser también utilizada para saber si tiene problemas en absorber la *lactosa* (azúcar en la leche) o *fructosa* (azúcar en la fruta).

Qué esperar

- Nosotros le entregaremos una caja que contiene una solución de azúcar, un aparato con tubo de muestra e instrucciones para envío.
- Usted realizará esta prueba en casa. Después de tomar la solución de azúcar, usted soplará dentro de los tubos de muestra cada 15 o 20 minutos. Su doctor le dirá por cuánto tiempo necesita hacer esto. Algunos pacientes necesitan hacer esto cerca de 3 horas.
- Seguir las instrucciones de la caja para enviar los tubos de muestra.
- Después de enviar los tubos de muestra, puede tomar hasta una semana para que el laboratorio procese sus muestras de aliento y revise los resultados. El doctor que le recetó esta prueba de HBT le dará los resultados cuando estén listos.

Instrucciones en video

Para mirar un video de 8 minutos acerca de cómo realizar esta prueba de aliento, ir a www.youtube.com/watch?v=ghATYSHBSA0.

Hydrogen Breath Test *How to prepare and what to expect*

How to Prepare

Starting 4 Weeks Before	Starting 2 Weeks Before	Starting 1 Week Before	Starting 1 Day Before	On Test Day
Date:	Date:	Date:	Date:	Date:
<ul style="list-style-type: none"> • Stop taking all antibiotics • Do not have any procedures that require you to clean your bowels, such as a colonoscopy or barium enema 	<ul style="list-style-type: none"> • Stop taking all probiotics • If you have diabetes and take insulin or diabetes medicine, talk with your doctor about changing your doses on the day of the test 	<ul style="list-style-type: none"> • Stop taking all proton inhibitors (PPI) that contain Omeprazole, Lansoprazole, Dexlansoprazole, Esomprazole, Pantoprazole, or Rabeprazole • Stop taking all laxatives, stool softeners, and stool-bulking products such as Colace, Milk of Magnesia, Ex-lax, Metamucil, or Citrucel • Stop taking all medicines and supplements that were not prescribed by your doctor, such as multivitamins, herbal remedies, and saw palmetto 	<ul style="list-style-type: none"> • You may eat only these foods: <ul style="list-style-type: none"> - Plain white rice, steamed - Chicken or fish, baked or broiled - Eggs - Water - Unflavored black coffee or tea • Season your food with only salt and pepper • Do not use butter or margarine <p>Starting 12 hours before your test:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Do not eat or drink anything except water 	<ul style="list-style-type: none"> • If you brush your teeth in the morning, wait 2 hours before you start the test • Do not use mouthwash • Do not smoke or be around someone who is smoking for at least 1 hour before you start the test • If you have diabetes, follow your doctor's instructions about any changes in your diabetes medicines <p>During the test:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Do not eat, drink, chew gum or tobacco, smoke, or eat breath mints or candy • It is OK to have sips of water • Do not sleep or exercise <p>After the test:</p> <p>You may return to your usual diet and activities right after the test</p>

How to Find Us

Digestive Health Center

University of Washington Medical Center
Surgery Pavilion, 3rd Floor
1959 N.E. Pacific Street
Seattle, WA 98195
206.598.4377

From N.E. Pacific St., follow the signs to the Emergency Room. At the stop sign, enter the Surgery Pavilion Parking Garage on the left.

After parking in the garage, take the elevator to the 3rd floor. Turn right into the Digestive Health Center.

A map and parking rates are included with this handout.

Questions?

Your questions are important. Please call **206.598.4729** if you have questions or concerns about your hydrogen breath test.

Why do I need this test?

Your doctor may ask you to do a hydrogen breath test (HBT) if you have any of these symptoms:

- Abdominal pain
- Cramping
- Stomach discomfort
- Bloating
- Diarrhea

HBT is a test to find out if bacteria in your small bowel (intestine) are causing your symptoms. The test can also be used to find out if you have problems absorbing *lactose* (milk sugar) or *fructose* (fruit sugar).

What to Expect

- We will give you a box that contains a sugar solution, a test tube device, and mailing instructions.
- You will take this test at home. After you drink the sugar solution, you will breathe into the test tube device every 15 to 20 minutes. Your doctor will tell you how long you need to do this. Some patients need to do this for about 3 hours.
- Follow the instructions in the box to mail your test tubes.
- After you mail your test tubes, it may take up to a week for the lab to process your breath samples and review the results. The doctor who prescribed your HBT will give you the test results when they are ready.

Video Instructions

To watch an 8-minute video on how to take the hydrogen breath test, go to www.youtube.com/watch?v=ghATYSHBSA0.