



## Pasos para la prueba de aliento de hidrógeno/metano: fructose

Para pacientes en Digestive Health Center de UWMC - Montlake

		Si lo hizo:
<b>Paso 1</b>	Llene las etiquetas con sus datos y marque los tubos del 1 al 4. <b>No mezcle los tubos cuando tome sus muestras.</b> Si los confunde, tendrá que volver a hacer la prueba.	<input type="checkbox"/>
<b>Paso 2</b>	El dispositivo Easy Sampler es una boquilla adjunta en una bolsa plástica sellada. Retírelo de la bolsa cuidadosamente.	<input type="checkbox"/>
<b>Paso 3</b>	<b>NO beba la solución todavía.</b> Recomendamos que practique a tomar una muestra de aliento antes de realizar la prueba. Para practicar, use el tubo de ensayo con tapa roja que está suelto en su caja.	
	a. Sostenga la boquilla Easy Sampler en una mano y el tubo de práctica en la otra.	<input type="checkbox"/>
	b. Inhale normalmente (no profundamente). Cierre su boca alrededor de la boquilla y exhale (bote el aire) normalmente. La bolsa se inflará.	<input type="checkbox"/>
	c. Siga soplando en la boquilla para mantener la bolsa inflada. A la vez, inserte el tubo de práctica en el espacio al costado de la boquilla. Insértelo con suficiente fuerza para que perfora la parte superior del tubo de práctica. Siga soplando por 1 a 2 segundos más.	<input type="checkbox"/>
	d. Mientras la bolsa está inflada, saque el tubo de práctica de su sitio en el tubo y déjelo a un lado. Respire normalmente.	<input type="checkbox"/>
	e. Una vez que haya terminado, deseché el tubo de práctica para que no se confunda con los tubos de ensayo de la prueba.	<input type="checkbox"/>
<b>Paso 4</b>	Ahora es el momento de la verdadera prueba. <b>Antes de</b> beber la solución, recoja la muestra de aliento #1. Usaremos este ejemplo como referencia. Registre la <b>fecha y la hora</b> en que recopiló esta muestra.	<input type="checkbox"/>
<b>Paso 5</b>	Beba la solución inmediatamente después de recoger la muestra #1. Mezcle todo el paquete (no calcule de acuerdo al peso). Puede mezclar la solución en 8 onzas de agua o beber la solución y luego beber 8 onzas de agua. Tome la bebida y el agua seguidas y no tarde más de 3 a 5 minutos.	<input type="checkbox"/>
<b>Paso 6</b>	Después de beber la solución espere 60 minutos y luego recoja la muestra # 2. Para las muestras #2 a #4: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Repita los pasos 3b a 3d anteriores para recolectar cada muestra de aliento.</li> <li>• Espere 60 minutos entre una muestra y otra. Necesitará 3 horas para recolectar las 4a muestras.</li> </ul> Registre la <b>fecha y la hora</b> en que recolecta cada una de las muestras. Si siente síntomas inusuales en cualquier momento, descríbalos brevemente en una hoja de papel. Incluya sus notas cuando envíe sus muestras en la caja.	<input type="checkbox"/>

## Cómo encontrarlos

**Digestive Health Center**  
206.598.4377

### **Ubicación:**

University of Washington Medical Center -  
Montlake campus  
Surgery Pavilion, 3er Piso  
1959 N.E. Pacific Street  
Seattle, WA 98195

### **Indicaciones:**

En la calle N.E. Pacific St. siga el aviso hacia  
Emergencias. En la señal de alto, entre al  
estacionamiento Surgery Pavilion a la izquierda.

Después de estacionar, tome el ascensor hasta el  
3er piso. Al salir del ascensor, gire a la derecha  
hacia Digestive Health Center.

Durante las 3 horas en que toma las muestras:

- no duerma;
- no haga ejercicio intenso;
- puede realizar actividades no forzosas;
- no coma, mastique goma de mascar ni tabaco, no fume cigarrillos ni coma mentas para el aliento ni dulces;
- puede tomar pequeños sorbos de agua durante la prueba.

### **Una vez finalizado el examen**

Coloque los 4 tubos de ensayo en la bolsa de burbujas. Vuelva a colocar la bolsa de burbujas y la documentación en la caja de cartón. Devuelva o envíe la caja por correo al Digestive Health Center - campus de Montlake.

**Sus muestras deben devolverse o enviarse por correo antes de que pasen 3 días de la recolección al Digestive Health Center- Campus de Montlake.** El horario de devolución en persona es de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m., excepto los días festivos.

Si tiene alguna pregunta durante la prueba, llame al 206.598.4377.

## ¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame si tiene dudas o inquietudes sobre su prueba de aliento de hidrógeno/metano.

- **De lunes a viernes entre las 8 a.m. y las 5 p.m.** llame a Digestive Health Center, 206.598.4377.
- **Fuera del horario de atención, los fines de semana y días festivos:** llame a la Línea de Atención Comunitaria en Harborview Medical Center al 206.744.2500.

# Steps for Hydrogen/Methane Breath Test: Fructose

*For patients at the Digestive Health Center at UWMC - Montlake*

		Check When Done
<b>Step 1</b>	Fill out the labels and mark the tubes 1 through 4. <b>Do not mix up the tubes when taking your samples.</b> If the tubes get out of order, you will need to redo the test.	<input type="checkbox"/>
<b>Step 2</b>	The Easy Sampler device is a mouthpiece with bag attached. It is inside a sealed plastic bag. Carefully remove the device from the bag.	<input type="checkbox"/>
<b>Step 3</b>	<b>Do NOT drink any solution yet.</b> We strongly advise that you practice taking a breath sample before you do the test. For your practice run, use the loose tube with a red top that is in your box.	
	a. Hold the Easy Sampler mouthpiece in one hand and the practice tube in your other hand.	<input type="checkbox"/>
	b. Take a normal breath in (not a deep breath). Close your mouth around the mouthpiece and breathe out (exhale) normally. The bag will inflate.	<input type="checkbox"/>
	c. Keep blowing into the mouthpiece to keep the bag inflated. At the same time, insert the practice tube into the tube holder on the side of the mouthpiece. Make sure you push the tube in far enough to puncture the top of the practice tube. Keep blowing for 1 to 2 seconds.	<input type="checkbox"/>
	d. While the bag is inflated, pull the practice tube out of the tube holder and set it aside. Breathe normally.	<input type="checkbox"/>
	e. After you are done, throw the practice tube away so that it does not get mixed with the real test tubes.	<input type="checkbox"/>
<b>Step 4</b>	Now it is time for the real test. <b>Before</b> you drink the solution, collect breath sample #1. We will use this sample as your baseline.	<input type="checkbox"/>
<b>Step 5</b>	Drink the solution right after you collect sample #1. Mix the entire packet (do not calculate based on weight). You can either mix the solution in 8 oz. of water, or drink the solution and then drink 8 oz. of water. Drink all the solution and water within 3 to 5 minutes.	<input type="checkbox"/>
<b>Step 6</b>	After you drink the solution, wait 60 minutes and then collect sample #2. For samples #2 through #4:	<input type="checkbox"/>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use steps 3b through 3d above to collect each breath sample.</li> <li>• Wait 60 minutes between each sample. It will take 3 hours to collect all 4 samples.</li> </ul> Record the <b>date and time</b> that you collect each of the samples. If you feel unusual symptoms at any time, please describe them briefly	

## How to Find Us

### Digestive Health Center

206.598.4377

#### **Location:**

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

#### **Directions:**

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. As you exit the elevator,  
turn right into the Digestive Health Center.

During the 3 hours you are taking samples:

- Do **not** sleep.
- Do **not** do hard exercise.
- You can do quiet activities.
- Do **not** eat, chew gum or tobacco, smoke cigarettes, or eat breath mints or candy.
- You may have small sips of water during the test.

## After the Test Is Done

Put the 4 test tubes in the bubble bag. Place the bubble bag and any paperwork back in the cardboard container. Return or mail the container to Digestive Health Center - Montlake campus.

**Your samples must be returned or mailed within 3 days of collection to the Digestive Health Center - Montlake Campus.** On-site return hours are weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., except for holidays.

If you have any questions during the test, call 206.598.4377.

## Questions?

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

- **Weekdays between 8 a.m. and 5 p.m.:** Call the Digestive Health Center, 206.598.4377.
- **After hours, on weekends and holidays:** Call the Community Care Line at Harborview Medical Center, 206.744.2500.