



Pasos para la prueba de aliento de hidrógeno/metano: lactosa

Para pacientes de Digestive Health Center en UWMC - Montlake

		Marcar al hacerlo
Paso 1	Llene las etiquetas y colóquelas en los tubos de ensayo del 1 al 4. No mezcle los tubos al tomar sus muestras. Si pierde el orden de los tubos tendrá que repetir la prueba.	<input type="checkbox"/>
Paso 2	El dispositivo Easy Sampler es una boquilla unida a una bolsa que viene dentro de una bolsa plástica sellada. Retire el dispositivo de la bolsa cuidadosamente.	<input type="checkbox"/>
Paso 3	NO beba la solución todavía. Se le urge practicar a tomar la muestra de aliento antes de realizar la prueba. Para practicar, use el único tubo con tapa roja que viene 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 la boca alrededor de la boquilla y exhale (exhale) normalmente. La bolsa se inflará.	<input type="checkbox"/>
	c. Siga soplando en la boquilla para mantener la bolsa inflada. Al mismo tiempo, inserte el tubo de práctica en el soporte del tubo, a un costado de la boquilla. Asegúrese de que entre bien para que perfora la parte superior del tubo de práctica. Siga soplando por 1 a 2 segundos.	<input type="checkbox"/>
	d. Mientras la bolsa está inflada, retire el tubo de práctica y déjelo a un lado. Respire normalmente.	<input type="checkbox"/>
	e. Una vez que haya terminado, deseche el tubo de práctica para que no se mezcle con los tubos de ensayo de la prueba.	<input type="checkbox"/>
Paso 4	Ya es el momento de la verdadera prueba. Antes de beber la solución, recoja la muestra de aliento en el tubo de ensayo #1. Usaremos este ejemplo como referencia. Anote la fecha y la hora en que recogió esta muestra.	<input type="checkbox"/>
Paso 5	Beba la solución inmediatamente después de recoger la muestra #1. Mezcle el sobre completo (no lo haga en base al peso). Puede mezclar la solución en 8 onzas de agua o beber la solución y luego beber 8 onzas de agua. Beba toda la solución más el agua sin pasarse de 3 a 5 minutos.	<input type="checkbox"/>
Paso 6	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"> Siga los pasos 3b a 3d para recolectar cada muestra de aliento. Espere 60 minutos entre muestra y muestra. Se tomará 3 horas en recolectar las 4 muestras. Anote la fecha y la hora en que recolecta cada una de las muestras. Si siente síntomas inusuales en cualquier momento, descríbalos brevemente en una hoja de papel e inclúyala al enviar sus muestras.	<input type="checkbox"/>

Cómo ubicarnos

Digestive Health Center

206.598.4377

Dirección:

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

Indicaciones:

De N.E. Pacific St., siga los avisos hasta la sala de emergencias. En la señal de alto, entre al estacionamiento *Surgery Pavilion*, a su izquierda.

Después de aparcar en el garaje, tome el ascensor hasta el 3er piso. Al salir del ascensor, gire a la derecha. Ha llegado a Digestive Health Center.

Durante las 3 horas en que toma las muestras:

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

Después de realizar la prueba

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

Debe devolver sus muestras o enviarlas por correo, no más de 3 días después de la recolección a Digestive Health Center - Montlake Campus. Si lo trae, puede hacerlo 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.

¿Tiene preguntas?

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

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

Steps for Hydrogen/Methane Breath Test: Lactose

For patients at the Digestive Health Center at UWMC - Montlake

		Check When Done
Step 1	Fill out the labels and mark the tubes 1 through 4. Do not mix up the tubes when taking your samples. If the tubes get out of order, you will need to redo the test.	<input type="checkbox"/>
Step 2	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"/>
Step 3	Do NOT drink any solution yet. 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"/>
Step 4	Now it is time for the real test. Before you drink the solution, collect breath sample #1. We will use this sample as your baseline.	<input type="checkbox"/>
Step 5	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"/>
Step 6	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"> Use steps 3b through 3d above to collect each breath sample. Wait 60 minutes between each sample. It will take 3 hours to collect all 4 samples. Record the date and time that you collect each of the samples. If you feel unusual symptoms at any time, please describe them briefly on paper and include them when you send in your samples.	

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.