



Hidrogén-kilégzési vizsgálathoz előkészítési tájékoztató

Felhívjuk szíves figyelmét, hogy a vizsgálat sikeres elvégzése érdekében, a vizsgálatot megelőző 2 napban tejcukormentes (LAKTOZ), ill. rostszegény étrend javasolt.

A vizsgálatot **megelőző héten** már bizonyos gyógyszereket nem szabad szedni:

- a bélmozgást befolyásoló gyógyszereket
- hashajtókat, széklet fogókat
- orvossal megbeszélve antibiotikumokat
- bélflóra helyre állító készítményeket, probiotikumokat
- gyomorsav-csökkentőket
- különféle „csodaszereket”, főként a külföldről rendelt fogyasztószeret

A vizsgálatot **megelőző este** nem javasolt:

- Nehezen emészthető, zsíros-, rost dús-, puffasztó ételeket vacsorázni.
- Kerülni kell a burgonya, rizs, tésztaételeket, mert elhúzódó hidrogén kiválasztáshoz vezethetnek.

A vizsgálatot megelőzően 12 órán át nem szabad:

- dohányozni
- mentoltartalmú ételeket
- italokat fogyasztani
- fogkrémet használni

A VIZSGÁLAT NAPJÁN NE EGYEN, NE IGYON, ÜRES GYOMORRAL ÉRKEZZEN!

A vizsgálatot megelőző nap diétás javaslata:

A diéta alatt csak és kizárólag ezek a termékek fogyaszthatók:

- Rizs, burgonya, tök, karfiol, paraj, sóska (az utóbbiak esetében a megvastagodott szárát ki kell vágni). Ezeket az alapanyagokat csak FŐVE lehet enni a két napban. Más formában készült ételféleségeként nem fogyaszthatók.
- Fehér lisztből készült termékek közül fogyasztható: fehér lisztből készült kenyér, vizes zsemle, kifli
- Fehér lisztből készült tészta főve ehető feltétként Trappista sajt használható.
- laktózmentes felirattal ellátott virsli (pl.: Pick laktóz mentes virsli).
- Baromfihús csak párolva fogyasztható.
- Tojás főve.
- Alma csak kompótként ehető, nyersen nem.

GYÓGYSZEREKET BEVÉTEL ELŐTT ELLENŐRIZNI KELL, HA TARTALMAZ LAKTÓZT, NEM SZEDHETŐ A DIÉTA ALATT! FELFÜGGESZTÉSÜKET A KEZELŐ ORVOSSAL MEG KELL BESZÉLNI !

OMCH Egészségügyi Szolgáltató Kft.
Adószám: 12483646-2-41

1038 Budapest, Papírgyár u. 58-59.
☎: +36-1-244-8201, ☎: +36-1-244-8202
🌐: www.omchkft.hu

NEM FOGYASZTHATÓ semmilyen formában:

Tej, tejtermék, tejpor, fagylalt, tej-, étcsokoládé, valamint a zöldségek és gyümölcsök közül pl.: főzelékek, saláták, karalábé,

káposzta, retek, zöldpaprika, paradicsom. Narancs, grapefruit, egres, eper, málna, barack fajták, banán, mandula, dió, mogyoró, egyéb olajos magvak. Barna kenyér, rozskenyér, rost dús pékáruk, korpovit, müzli.

Vaníliát tartalmazó ételek, nápolyik, tejes péksütemények. Rostos, szénsavas üdítők. Ráma, ömlesztett-, krémes-, tejszínes sajtok, túró, túrókrémek. Nem a PICK felvágottak, kenőmájas, szafaládé, baromfin kívüli húsok, alkohol tartalmú italok (likőrök) stb.

Ha egyéb okok miatt más diétát is kell tartani (cukorbeteg), a két diétát össze kell egyeztetni.

A VIZSGÁLATOT MEGELŐZŐ NAPON NE IGYON KÁVÉT, ÉS DÉLUTÁNTÓL NE DOHÁNYOZZON!

FOGAT MOSNI FOGKRÉMMEL NEM LEHET A VIZSGÁLAT NAPJÁN!

HÖLGYEK A SZÁJUKAT NE RÚZSOZZÁK KI!

OMCH Egészségügyi Szolgáltató Kft.

Adószám: 12483646-2-41

1038 Budapest, Papírgyár u. 58-59.

☎: +36-1-244-8201, 📠: +36-1-244-8202

🌐: www.omchkft.hu