

Preparazione al breath test al lattosio

Istruzioni per il paziente — breath test al ^{13}C -lattosio, eseguito in laboratorio

Il breath test al lattosio serve a scoprire se il tuo intestino digerisce il lattosio, lo zucchero del latte: chi è intollerante produce poca lattasi, l'enzima che lo scinde. Il laboratorio esegue il test con il metodo al carbonio 13 (^{13}C -lattosio): bevi una soluzione di lattosio marcato e nelle due ore successive soffi in alcune provette. La quantità di $^{13}\text{CO}_2$ nel respiro indica quanto lattosio hai digerito, cioè quanta lattasi è attiva. Rispetto al test all'idrogeno il metodo è diretto, non risente della flora batterica intestinale e dura 2 ore anziché 4.

Presentati a digiuno da almeno 3 ore (puoi bere solo acqua naturale) e senza aver preso fermenti lattici nei 7 giorni precedenti. Il test dura 2 ore e si svolge interamente in laboratorio.

Nei 7 giorni prima dell'esame

- Suspendi i fermenti lattici (probiotici): il test va eseguito almeno una settimana dopo l'ultima assunzione.
- Comunicaci al momento della prenotazione tutti i farmaci che assumi: alcuni possono influire sul risultato e il medico ti dirà come comportarti. Non sospendere terapie di tua iniziativa.
- Se hai preso antibiotici di recente o hai in corso una diarrea importante, avisaci: potrebbe essere opportuno spostare l'esame.

Il giorno dell'esame

- Non è richiesta una dieta particolare il giorno prima: basta il digiuno da almeno 3 ore prima dell'appuntamento. Puoi bere solo acqua naturale, non gassata.
- Nei 30 minuti prima del test e per tutta la sua durata non fumare, non dormire e non fare sforzi fisici.
- Porta con te il documento di identità, la tessera sanitaria e l'eventuale impegnativa del medico curante.
- Il test si esegue allo stesso modo negli adulti e nei bambini, con la stessa dose di lattosio.

Come si svolge il test

Il test è semplice e non invasivo: devi solo soffiare lentamente in una provetta attraverso una cannuccia, seguendo le indicazioni del personale.

- Prima di bere la soluzione soffi in due provette: sono i campioni di partenza.
- Bevi una soluzione di 15 g di lattosio marcato con carbonio 13, sciolto in circa 200 ml di acqua tiepida. Il carbonio 13 è un isotopo naturale, non radioattivo.
- Soffi in altre quattro provette dopo 30, 60, 90 e 120 minuti dall'inizio del test.
- Il test dura in tutto 2 ore: resta in laboratorio e non mangiare fino all'ultimo campione. Porta con te qualcosa per passare il tempo.

Dopo l'esame

- Al termine puoi mangiare e riprendere subito le normali attività.
- Se sei intollerante al lattosio, nelle ore successive potresti avvertire gonfiore, crampi o diarrea: sono disturbi passeggeri dovuti al lattosio bevuto durante il test.

Dove si svolge e come contattarci

Il breath test si esegue nel laboratorio, in via Giuseppe Di Vittorio 97 a Giugliano in Campania (NA).

Per informazioni, per spostare o disdire l'appuntamento chiama il laboratorio allo (+39) 081-8942991 oppure scrivi a info@laboratorioguardascione.it.

Se hai dubbi sulla preparazione, chiamaci prima dell'esame: una preparazione incompleta può rendere necessario ripetere il test.