

INFORMATIVA BREATH TEST AL LATTOSIO

Si chiama **breath test**, letteralmente ‘test del respiro’, ed è un esame semplice, indolore e non invasivo grazie al quale è possibile avere la **conferma se si è realmente intolleranti al lattosio**.

Il Breath test al Lattosio (BTL) **dura circa 4 ore** e consiste nel **fare espirare i pazienti in un sacchetto** una prima volta **prima dell’assunzione di lattosio** e poi **ogni 30 minuti nelle 4 ore successive**. Una apparecchiatura dedicata analizza poi quantità di Idrogeno emessa con il respiro prima e dopo l'assunzione del lattosio. Si ricerca in particolare il **picco di idrogeno nell'aria espirata**, la cui presenza è spia di fermentazione intestinale del lattosio non assorbito da parte della flora batterica del colon”.

In presenza di un deficit di lattasi, infatti, il lattosio non può essere scisso, e quindi digerito, e viene fermentato dai batteri del colon, provocando la produzione di idrogeno e di altre sostanze.

La preparazione

Per eseguirlo nel modo corretto, è importante attenersi ad alcune indicazioni per il periodo precedente al test.

- **non aver assunto antibiotici** nelle ultime 4 settimane;
- **non aver assunto fermenti lattici e lassativi o praticato clisteri di pulizia intestinale** nelle ultime 2 settimane;
- **consumare**, la sera precedente al test, una **cena leggera** costituita unicamente da riso bollito e condito con olio di oliva e carne (o pesce) ai ferri o bolliti (sono vietati frutta, verdura, patate, pane e pasta);
- **osservare il digiuno la mattina dell’esame** (è concessa solo dell’acqua naturale non gasata);
- **lavare accuratamente i denti** con lo spazzolino e dentifricio e risciacquare il cavo orale con un collutorio (clorexidina).

Infine se il paziente è un fumatore, deve **astenersi dal fumo almeno dalla sera precedente il giorno in cui eseguirà il test”**

data

Firma