Instruccions per fer el test d'alè per intolerància al sucre

Preparació del pacient

Atenció

• No s'ha de realitzar el test si en les 4 setmanes anteriors el pacient s'ha sotmès a un tractament amb un o més dels elements següents: aspirines, antibiòtics, procinètics (motilium, cidine, blaston o similars), laxants (incloent-hi plantaben o altres fibres), si ha fet ènemes de neteja o si n'ha fet intestinal.

• Si el pacient té programades diverses proves d'alè a sucres hauran de passar com a mínim 7 dies entre elles.

2 setmanes abans de la prova

• Interrompeu la ingesta de probiòtics.

1 setmana abans de la prova

• Suspeneu la presa de laxants o de fàrmacs procinètics (afavoridors de la motilitat).

24 hores abans de la prova: dieta especial

Què puc menjar?

Aigua, infusions sense sucre, te

Arròs blanc bullit

Ous (durs, ferrats, truita a la francesa...)

Carn, peix blanc i peix blau

Embotits no elaborats (pernil salat o ibèric)

Què no puc menjar?

Refrescos o aigua amb gas

Sucre o edulcorants

Fruites o sucs de fruita

Fruits secs

Cereals (pa, galetes, torrades...)

Productes de rebosteria, pastisseria o brioixeria

Dolços (xiclets, caramels), melmelades

Llegums, patates, verdures i vegetals

Embotits elaborats (pernil cuit, mortadel·la, fuet, llonganissa), infusions sense sucre, te...

Exemple de dieta:

Esmorzar: Te o infusió. Truita a la francesa amb talls de pernil serrà o ibèric.
Dinar/Sopar: Aigua sense gas. Carn (pollastre, gall dindi, conill o vedella) o peix (blanc o blau) amb arròs bullit.
SENSE POSTRES
Absteniu-vos de mastegar xiclet o menjar caramels

El dia de la prova

- Heu d'estar en dejú un mínim de 12 hores abans de la prova.
- Renteu-vos les dents sense fer servir pasta de dents, només feu una esbandida amb una solució de clorhexidina sense sorbitol.
- No fumeu ni feu cap esforç físic des d'almenys 30 minuts abans de començar la prova i fins que acabi.
- Mentre dura la prova únicament es permet prendre aigua sense gas.

La prova dura 3 hores.

