

Test respiratoire à l'hydrogène expiré

A la demande de votre médecin, un test respiratoire vous est proposé. Afin que vous soyez clairement informé(e) du déroulement de cet acte médical, nous vous demandons de lire attentivement ce document d'information et **respecter scrupuleusement les consignes** indiquées ci-dessous. Le médecin reste à votre disposition pour répondre à vos éventuelles questions.

Description de l'examen

Le principe d'un examen respiratoire est de détecter, dans l'air expiré, une substance anormalement exhalée, ce qui signifie une mauvaise digestion ou la présence anormale de bactéries.

- Fructose : pour rechercher une mauvaise digestion du fructose, sucre principal des fruits.
- Glucose : pour rechercher une pullulation bactérienne de l'intestin.
- Lactose : pour rechercher une mauvaise digestion du sucre du lait : le lactose.
- Lactulose : pour rechercher une pullulation bactérienne de l'intestin.

Quels sont les risques de cet examen et ses chances de réussite?

Ces tests ne comportent pas de risque significatif. Les symptômes digestifs que vous pourriez ressentir (ballonnements, crampes abdominales, diarrhées) sont précisément ceux que votre médecin désire investiguer. De rares cas de malaise après ingestion de lactose/fructose ont été décrits, sans conséquences graves pour les patients. Les tests sont très sensibles dans la recherche d'une pullulation bactérienne de l'intestin, une intolérance de lactose ou fructose. 24 h est le temps minimum entre 2 tests.

Aspects financiers – Assurance maladie

Ces examens sont pris en charge par l'assurance maladie de base.

Quelles sont les autres alternatives en cas d'impossibilité de faire ces tests?

A discuter avec le médecin qui vous adresse chez nous.

Ces procédures alternatives s'adressent prioritairement aux patients incapables de suivre les consignes (problème de langues, patients EVAM, etc.)

- Test au fructose : Boire un demi-litre de jus de pomme.
- Test au glucose et au lactulose : La recherche d'une pullulation bactérienne peut également se faire par endoscopie par aspiration directe du jus intestinal.
- Test au Lactose : 3 dl de lait.

Comment se préparer à l'examen ?

2 semaines avant l'examen, veuillez nous appeler si vous avez eu un **traitement antibiotique**, du **bismuth**, des **probiotiques**, même s'ils sont pris contre les diarrhées (**bifidus**, **LC1**, **kéfir**, **Lactibiane**, **Bioflorin**, ...), de fortes diarrhées, lavement pour colonoscopie ou irrigation côlonique.

48h avant l'examen veuillez **arrêter** vos **pro-cinétiques** (**Motilium**, **Primpéran**, ...).

Veuillez lire les compositions/les ingrédients des aliments que vous allez manger.

Le **jour précédent** le test, ne pas prendre de laxatif: **Movicol**[®], **Maloxole**[®], **Laxoberon**[®], **Duphalac**[®], **Importal**[®], **etc.** ou d'anti diarrhéique : **Imodium**[®], **Quantalan**[®], **etc.**

Veuillez-vous **abstenir de manger** les aliments suivants :

- Céréales : Tous les produits avec des grains entiers y compris les céréales (blé, millet, quinoa, avoine, amarante, sarrasin, konjac, etc. ...), les biscottes sauf salade de pomme de terre.
- Noix et graines : Tous les oléagineux, graines et graines germées ainsi que les aliments qui peuvent en contenir.
- Produits laitiers : Tous les produits laitiers : lait, fromage, crème glacée, yogourt, beurre etc.
- Fruits : Tous les fruits : compote, conserve, secs, etc.
- Légumes : Tous les légumes : soupe, jus, etc.
- Légumineuses : Toutes les légumineuses : lentilles, haricots, pois, etc.
- Sucreries : Tous les bonbons, gomme, chewing-gum, etc.
- Boissons : Toutes les boissons sucrées (tisanes aux fruits, jus de fruits et sodas), ou alcoolisées.



Donc vous pouvez boire et manger **matin et midi**:

- de l'eau, café, thé sans sucre et tisanes **sans fruits, sans sucre et sans miel** (uniquement de l'Assugrin®, Stévia, Agave)
- des produits laitiers **sans lactose** ne contenant pas de **fructose** ou de **glucose, aucun terme se finissant par "-ose" et ne contenant pas de fruits**
- des œufs, du poisson, de la viande, de l'huile mais pas de beurre
- en petite quantité du pain blanc, des pâtes raffinées (blanches), riz blanc ou salade de pommes de terre.

La **veille, au souper du soir** nous vous prions de manger un **repas léger au plus tard à 19 heures** composé uniquement de **viande blanche, poisson, fruit de mer, oeuf avec un peu de riz blanc ou une salade de pomme de terre** (refroidie et froide) et comme boisson: de l'eau, café, thé et tisanes sans fruits et le tout sans sucre.

Dès 20 heures ne plus fumer. Veuillez rester à jeun (ni manger, ni boire), **sauf de l'eau plate** jusqu'à 2 heures avant l'examen.

Le **matin de l'examen**, vous devez:

- vous lever au minimum **1 heure avant le test**,
- si vous avez des prothèses dentaires, ne pas utiliser de produit à base ("colle") à la menthe car cela altère les valeurs,
- **vous brosser les dents.**
- vous rincer une 1^{ère} fois la bouche avec 20 ml (4 cuillères à café) de **bain de bouche*** (contenant un anti-bactérien) pendant 30 secondes, puis vous gargariser et recracher,
- prendre vos médicaments habituels **sauf les vitamines et ceux arrêter la veille**, avec un peu d'eau plate (non gazeuse) 10ml/kg de poids mais au maximum 2,5 dl (un verre),
- rester **à jeun** (interdiction de manger, boire, de prendre des chicanettes, chewing-gums, bonbons, etc.),
- ne pas vous **parfumer**,
- ne rien fumer,
- juste avant votre départ, vous rincer et gargariser une 2^{ème} fois la bouche avec le **bain de bouche*** (contenant un antibactérien). Ensuite vous recracher le gargarisme, sans vous rincer avec de l'eau.

Si vous êtes **diabétique** insulino-dépendant, veuillez ne **pas prendre votre insuline** du matin puisque vous êtes à jeun. En cas de doute, contacter votre médecin traitant ou diabétologue, car la moitié de la dose est envisageable. Prenez votre appareil à glycémie pour que vous puissiez la vérifier en cours d'examen si nécessaire.

Comment se déroule l'examen ?

A votre arrivée au CHUV / Unisanté, la personne responsable du test vous fera souffler dans un embout afin de mesurer la quantité d'hydrogène que vous expirez à jeun. Ensuite, on vous fera avaler un thé avec une certaine quantité de sucre et vous devrez souffler toutes les 20 minutes dans l'embout pour mesurer les gaz expirés:

| Sucre utilisé | Durée du test | Quantité |
|---------------|---------------|---|
| Fructose | 3h30 | 1g/kg mais au maximum 25 g |
| Glucose | 2h30 | 1g/kg mais au maximum 50 g |
| Lactose | 3h30 | 1g/kg mais au maximum 25 g |
| Lactulose | 3h30 | 0.5g/kg mais au maximum 15 ml Duphalac® |

Les symptômes ressentis correspondant à une intolérance seront notés durant l'examen.

Pendant toute la durée du test vous ne **pourrez pas manger, fumer, dormir**, ou faire une **activité physique**.

Vous pourrez par contre boire de l'eau plate (non-gazeuse) après 1 heure de test (demandez à la personne responsable). Prenez de la **lecture** ou **de quoi vous occuper**.

Après l'examen:

- Aucune surveillance particulière n'est nécessaire après ce test,
- Les résultats seront transmis au médecin qui a demandé le test (médecin traitant, gastro-entérologue, etc.),
- Si vous présentez des douleurs ou avez une sensation de malaise qui persistent plus de 24h après l'examen, contactez la réception de gastro-entérologie (du mardi au vendredi de 9h à 17h au numéro de téléphone : 021 314 07 01) ou le gastro-entérologue de garde (nuit et week-end) via la centrale du CHUV au 021 314 11 11 ou votre médecin traitant.

* Bain de bouche : Fresh Multicare Dental Fluid, marque Candida à la "Migros" ou Dentohexin 0.2% à la pharmacie.

