



## PREPARO PARA O TESTE RESPIRATÓRIO DO HIDROGÊNIO EXPIRADO

### 1. ORIENTAÇÕES GERAIS

- Jejum de 12 horas (somente água está liberada).
- Não fumar no dia do exame.
- O paciente não pode ter feito ou estar fazendo uso de antibióticos (qualquer tipo), até 4 semanas antes do exame.
- O paciente não pode ter feito colonoscopia, enema opaco ou qualquer outro exame do intestino até 1 semana antes do teste.
- O paciente não pode ter feito uso de procinéticos (exemplos: Peridal®, Motilium®, Digesan®), laxativos (exemplos: Tamarine®, Lactulona®) ou suplementação com fibras (exemplos: Metamucil®, Benefiber®, Plantaben®) até 1 semana antes do teste.

### 2. DIETA

Durante TODO o preparo, é PROIBIDO ALIMENTOS como: queijo e derivados lácteos, açúcar ou adoçante artificial, doces; gorduras ou frituras; repolho, couve, couve-flor, brócolis, espinafre, cebola, macarrão, feijão, lentilha, ervilha, verduras cruas, aveia e linhaça; refrigerantes, bebidas esportivas, água com gás e bebida alcoólica.

#### 2 (dois) dias antes do teste

**Café da Manhã:** leite de soja (Ades), chá, suco de soja, pão francês sem o miolo, torrada, bolacha de água, ovo cozido, banana e maçã. NÃO é permitido ingerir leite ou derivados do leite.

**Almoço:** em pequena quantidade, uma porção de frango, peixe ou carne; legumes e verduras cozidos (cenoura, batata, chuchu, abobrinha); uma porção de arroz; ovo, banana e maçã.

**Jantar:** em pequena quantidade, uma porção de frango, peixe ou carne; legumes e verduras cozidos (cenoura, batata, chuchu, abobrinha); uma porção de arroz; ovo; banana e maçã.

#### 1 (um) dia antes do teste

**Café da Manhã:** chá, ovo cozido ou mexido, peito de peru, tapioca. NÃO é permitido ingerir leite ou derivados do leite.

**Almoço:** em pequena quantidade, uma porção de frango, peixe ou carne; uma porção de arroz; ovo cozido ou mexido.

**Jantar:** em pequena quantidade, uma porção de frango, peixe ou carne; ovo cozido ou mexido. Comer o mais cedo possível, num intervalo de 2 horas antes de deitar-se.

**IMPORTANTE:** pacientes diabéticos devem consultar seu médico assistente sobre o controle da glicemia antes de realizar o teste.