

## Συχνές Ερωτήσεις (FAQ) H2 Check – Test Αναπνοής Υδρογόνου

### 1. Τι είναι το τεστ αναπνοής υδρογόνου (Hydrogen Breath Test);

Πρόκειται για μία **απλή και μη επεμβατική εξέταση** που μετρά την ποσότητα υδρογόνου (H<sub>2</sub>) στην αναπνοή, βοηθώντας στη διάγνωση γαστρεντερικών διαταραχών.

### 2. Γιατί πραγματοποιείται το τεστ;

Χρησιμοποιείται για τη διάγνωση:

- Δυσανεξίας στη λακτόζη
- Δυσανεξίας σε άλλους υδατάνθρακες
- Συνδρόμου βακτηριακής υπερανάπτυξης του λεπτού εντέρου (SIBO)
- Διαταραχών απορρόφησης

### 3. Πώς λειτουργεί η εξέταση;

Όταν ο οργανισμός δεν απορροφά σωστά συγκεκριμένα σάκχαρα:

- Αυτά ζυμώνονται από βακτήρια στο έντερο
- Παράγεται υδρογόνο
- Το υδρογόνο αποβάλλεται μέσω της αναπνοής και μετράται

### 4. Πώς γίνεται η διαδικασία;

Η διαδικασία περιλαμβάνει:

1. Λήψη αρχικής μέτρησης (baseline)
2. Κατανάλωση ειδικού διαλύματος (π.χ. λακτόζη)
3. Επαναλαμβανόμενες μετρήσεις ανά τακτά χρονικά διαστήματα

Η συνολική διάρκεια μπορεί να είναι 2–3 ώρες.

### 5. Είναι ασφαλές το τεστ;

Ναι, είναι:

- Μη επεμβατικό
- Ανώδυνο
- Κατάλληλο για επαναλαμβανόμενη χρήση

### 6. Χρειάζεται προετοιμασία πριν την εξέταση;

Ναι, συνήθως απαιτείται:

- Νηστεία (8–12 ώρες)
- Αποφυγή συγκεκριμένων τροφών την προηγούμενη ημέρα
- Αποφυγή αντιβιοτικών ή προβιοτικών πριν την εξέταση (κατόπιν οδηγιών ιατρού)

### 7. Ποιοι παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν τα αποτελέσματα;

- Πρόσφατη λήψη τροφής
- Αντιβιοτικά
- Κάπνισμα
- Φυσική δραστηριότητα πριν την εξέταση

### 8. Πώς ερμηνεύονται τα αποτελέσματα;

Αύξηση των επιπέδων υδρογόνου μετά τη λήψη του διαλύματος υποδηλώνει:

- Δυσανεξία στο συγκεκριμένο σάκχαρο  
ή
- Πιθανή βακτηριακή υπερανάπτυξη



**SIGMA MEDICAL**

Dedicated to Health

Η τελική αξιολόγηση γίνεται πάντα από ιατρό.

---

**9. Ποια είναι τα βασικά πλεονεκτήματα της εξέτασης;**

- Μη επεμβατική μέθοδος
- Υψηλή διαγνωστική αξία
- Εύκολη εφαρμογή
- Κατάλληλη για εξωτερικά ιατρεία

---

**10. Ποιοι μπορούν να κάνουν το τεστ;**

- Ενήλικες
- Παιδιά (με επίβλεψη)
- Ασθενείς με ύποπτα γαστρεντερικά συμπτώματα

---

**11. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για παρακολούθηση θεραπείας;**

Ναι, χρησιμοποιείται για:

- Αξιολόγηση αποτελεσματικότητας θεραπείας
- Παρακολούθηση διατροφικών παρεμβάσεων

---

**12. Ποια σάκχαρα χρησιμοποιούνται στο τεστ;**

Ανάλογα με την ένδειξη:

- Λακτόζη
- Γλυκόζη
- Λακτουλόζη
- Φρουκτόζη

---

**13. Υπάρχουν παρενέργειες;**

Σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να εμφανιστούν:

- Φούσκωμα
- Αέρια
- Ήπια δυσφορία

Αυτά σχετίζονται με τη ζύμωση των σακχάρων.

---

**14. Είναι το τεστ διαγνωστικό;**

Το τεστ αποτελεί **σημαντικό διαγνωστικό εργαλείο**, αλλά:

- Πρέπει να αξιολογείται σε συνδυασμό με το ιστορικό και την κλινική εικόνα

---

 **Σημείωση**

Οι πληροφορίες είναι ενημερωτικές και δεν αντικαθιστούν ιατρική γνώμη/απόφαση.