

SIBO – Lactulose ademtest

september 2024

De afname is enkel mogelijk met een aanvraagformulier van uw arts of Fidlab healthcare professional. Volg de voorbereidingsinstructies strikt, het niet op opvolgen van de richtlijnen kan leiden tot een onnauwkeurig of onbruikbaar resultaat. Bij vragen raden we aan Fidlab te contacteren op **03 231 36 89** alvorens uw afspraak te boeken.

De ademtest wordt enkel afgenomen op **dinsdag- en donderdagvoormiddag**. Het ademtoestel bevindt zich in **Aalter** en in **Antwerpen**, waardoor u kunt aangeven welke locatie u het beste past:

- Labo Aalter: Medina – Léon Bekaertlaan 9, 9880 Aalter
- Labo Antwerpen: Centrum voor Medische Analyse – Frankrijklei 67-69, 2000 Antwerpen

Boek een afspraak online via: www.cma.be/afnameboeken

Wat is SIBO?

Met de lactulose ademtest doen we een onderzoek naar **SIBO** (staat voor "**Small Intestinal Bacteriell Overgrowth**"). Hierbij gaan we na of er overgroei van bacteriën is in de dunne darm. Dit wordt gemeten aan de hand van bepaalde gassen in je adem. **De ademtest is eenvoudig en niet-invasief.**

Uitvoering van de SIBO (lactulose) ademtest

- Om je uitademingslucht op te vangen **blaas je in een mondstuk**.
- Na het eerste ademmonster krijg je een **oplossing van lactulose (10gr) in water te drinken**.
- Vervolgens wordt er **gedurende maximaal 2 uur om de 20 minuten een ademmonster** afgenomen.

Waterstofgas (H₂) wordt door darmbacteriën gemaakt tijdens de afbraak van koolhydraten (suikers). Dit waterstofgas wordt opgenomen door het bloed, passeert de longen en wordt vervolgens uitgeademd.

Lactulose wordt normaal pas door bacteriën verteerd wanneer het in de dikke darm aankomt, waarbij waterstofgas vrijkomt. Dit waterstofgas kan ook worden omgezet in **methaangas (CH₄)**. Deze beide gassen worden gemeten in het toestel.

Vorbereiding voor de patiënt (deze kunnen de betrouwbaarheid van de test beïnvloeden)

1 maand voor de test:

- Geen antibiotica
- Geen lavement
- Geen colonoscopie

1 week voor de test:

- Geen pre- of probiotica
- Geen laxeremiddelen

Dag vóór de test:

- Geen voedingssupplementen
- Eet de hele dag een vezelarm dieet. Een overzicht van wat wel en niet toegestaan is, kan u raadplegen hieronder
- Eet een lichte maaltijd vóór 20u. Daarna stopt u met eten tot de afname

VERBODEN

- Paddenstoelen, bonen, erwten, peulvruchten, linzen, maïs, kikkererwten, sjalotten, prei, knoflook, kool, radijs, bloemkool, broccoli, tomaat, paprika, asperges, geen rauwkost
- Fruit, rozijnen, noten, zaden, pitten, gedroogd fruit
- Gekookte aardappelen, frietjes, kroketten, aardappelpuree, pasta, volkorenbrood, granen, muesli
- Koek, gebak, chocolade, snoep
- Melkproducten, yoghurt, kazen, slagroom
- Jam, siroop, sauzen
- Fruitsappen, koolzuurhoudende dranken
- Alcohol

TOEGELATEN

- Vlees, vis, gevogelte (zonder saus)
- Wit brood, rijstwafels, rijst
- Eieren, boter
- Gekookte groenten: andijvie, witloof, wortel, spinazie, zachte knolselder
- Water, heldere bouillon, thee, koffie zonder melk

De dag van de test:

- Poets één uur voor de test je tanden (of in het geval van een kunstgebit: gebruik géén kunstgebitkleefstof)
- Nuchter zijn: niet drinken, niet eten
- Niet roken (ook geen elektronische sigaret)
- Geen kauwgom
- Geen zware fysieke activiteit vóór de test
- Neem geen medicatie (tenzij afgesproken met uw behandelende zorgverlener)
- Breng het aanvraagformulier van uw aanvragende zorgverlener mee, en een kleefvignet van de mutualiteit
- Breng iets mee om de wachttijd in te vullen

Heeft u de voorwaarden niet strikt gevolgd? Stel de test uit naar later, want deze beïnvloeden de resultaten. Neem contact op met Fidlalab om uw afspraak te verplaatsen.

In het labo, verloop van het onderzoek

- Meld u aan bij de balie
- U wordt gevraagd uit te ademen via een mondstuk in een toestel dat de gassamenstelling meet in uw darmen. U krijgt hiervoor een suikerdrankje te drinken en vervolgens ademt u elke 20 minuten uit in het toestel. De test duurt maximaal 2 uur.