

**PREPARO PARA O TESTE RESPIRATÓRIO COM HIDROGÊNIO EXPIRADO  
(SUPERCRESCIMENTO BACTERIANO DO INTESTINO DELGADO,  
INTOLERÂNCIA A LACTOSE E FRUTOSE)**

**DURAÇÃO DO  
PROCEDIMENTO:**

**DE 2 HORAS ATÉ 4 HORAS.**

**PREPARO**

**QUATRO SEMANAS  
ANTES DO EXAME**

- Não ter tomado antibióticos oral ou venoso (antibióticos tópicos para pele, olhos e ouvido estão liberados).
- Não ter tomado probióticos (ex.: Floratil, Repoflor, Prolive, Simbioflora, etc.). Iogurtes ou Yakult não interferem.
- Não ter sido submetido (a) à colonoscopia ou enema opaco (RX do intestino grosso com contraste).

**VÉSPERA DO EXAME  
24 horas ANTES**  
**ALIMENTOS PROIBIDOS**

- Leite e derivados, café, chás, frutas, sucos, açúcar, mel, adoçantes, feijão, repolho, lentilha, brócolis, couve, couve-flor, cereais matinais, alimentos ricos fibras (aveia, arroz integral, feijão, linhaça, pão integral, laranja, maçã, manga, ameixa, couve, repolho, agrião, berinjela, feijão, lentilha, ervilha, amendoim, etc.), alho, cebola, condimentos e industrializados.
- Não ingerir refrigerantes, bebidas esportivas (ex.: Gatorade, I9, etc.), bebidas alcoólicas ou sucos de fruta, especialmente em lata ou caixinha (industrializados).
- Laxantes.
- Jejum após 20:00 (somente água está liberada).

**ALIMENTOS PERMITIDOS**

- Pão branco, arroz branco, batatas cozidas, tapioca, macarrão de arroz ou sem glúten, biscoito de arroz, carne branca, ovo ou peixe grelhado. Apenas sal e azeite de oliva extra virgem são permitidos.
- No jantar pré-exame, ingerir apenas arroz branco e carne branca ou peixe grelhado.

**NA MANHÃ DO EXAME**

- Não fumar ou realizar qualquer atividade física.
- Trazer sua escova e pasta de dentes.

**DÚVIDAS?**

- Telefone para: (47) 3222-0432.