

Lactose H₂/CH₄ ademtest

Lactose intolerantie

Informatiebrochure



Geachte heer/mevrouw,

Uw arts heeft bij u een waterstof (H₂) ademtest aangevraagd om lactose-intolerantie uit te sluiten.

Om ervoor te zorgen dat u voldoende geïnformeerd bent over de aard en het doel ervan, vragen we u deze tekst te lezen.

Doel en principe van de ademtest

Ademtesten berusten op een eenvoudig principe

Een bepaalde, gemarkeerde teststof wordt ingenomen: een pil, een poeder, een drank, een maaltijd.

Naargelang een goede of foute werking van het maag-darmstelsel wordt de teststof ofwel opgenomen in het lichaam ofwel uitgescheiden via de uitgedemde lucht. Het meten van de 'markers' in de uitgedemde lucht geeft dan inlichtingen of een bepaald onderdeel van het maag-darmstelsel al dan niet goed functioneert. Een van de meest gebruikte gemarkeerde atomen is waterstof.

Een typisch voorbeeld van een H₂ ademtest is de "lactose"-ademtest

Lactose (melksuiker) is een dubbel-suiker.

Het bestaat uit twee kleinere suikermoleculen die aaneengeklonken zijn, **namelijk glucose en galactose.**

In de dunne darm moet lactose eerst gesplitst worden in dit glucose en galactose. Het lichaam kan alleen deze kleinere suikers opnemen en als energiebron gebruiken. Sommige mensen missen het benodigde 'lactase'-enzym om het melksuiker te splitsen in de dunne darm en kunnen het dus niet verteren. Het dubbel-suiker lactose komt zo ongewijzigd in de dikke darm terecht, waar de aanwezige bacteriën dit dubbel-suiker wel kunnen verwerken en verteren (metaboliseren, vergisten).

Lactose wordt zo in de dikke darm afgebroken tot o.a. waterstofgas (H₂), koolzuurgas (CO₂) en methaangas (CH₄). Dit leidt dan tot **verschijnselen zoals misselijkheid, buikkrampen, opgeblazen gevoel, overmatige winderigheid, overmatig lucht opboeren, buikloop,...** . Het H₂ komt gedeeltelijk via de bloedbaan in de longen terecht en verlaat het lichaam langs de adem. Aanwezigheid van een abnormale hoeveelheid H₂ in de adem duidt dan op bacteriële verwerking van de door ons lichaam niet opgenomen melksuikers. Daarom wordt in de lactose-ademtest de uitademing van H₂ gemeten.



Verloop van het onderzoek

- Bij het begin van het onderzoek dient u **via een mondstuk uit te ademen in een spuit** (controlestaal van uw adem voor het begin van de test).
- Dan neemt u de teststof in: **50 gram lactose, in een glas water opgelost** (kinderen: 2 gram/kg gewicht met een maximum van 50 gram). 50 gram lactose komt overeen met de hoeveelheid lactose in 1 liter melk.
- Daarna dient u **elke 30 minuten via het mondstuk uit te ademen in de spuit**.
- De **test duurt 3 uur** (waarbij u dus enkel om het half uur enkele seconden moet blazen).



Na het onderzoek

De waterstof- en methaanconcentratie in de adem wordt rechtstreeks gemeten (elektrochemisch) met een speciaal daarvoor ontworpen toestel. Een significante stijging van waterstof en/of methaan boven de nuchtere waarden, bevestigt de diagnose van lactose-intolerantie.

In principe krijgt u de uitslag van het onderzoek nog tijdens de dagopname zelf.

Veiligheid en risico's

Risico's

Een kortdurende verslechtering van uw klachten gedurende de eerste 24 uur na de test bij een positieve diagnose.

Infectie

Geen risico



Uw gezondheid, onze zorg.

Sint-Andriesziekenhuis vzw
Bruggestraat 84, 8700 Tiel
T 051 42 51 11
info@sintandriestielt.be
www.sintandriestielt.be

Inwendige Ziekten

T 051 42 51 60
interne@sintandriestielt.be
www.gastrotielt.be



02/06/26

