

Forberedelser

Prøveinnsamlingen er tidssensitiv. Testen har en varighet på 3,5 time. For å sikre en god analyse, er det viktig at HELE instruksene leses nøye på forhånd.

- Testen er ikke for barn under 5 år
- Kan ikke brukes hvis du er allergisk mot laktulose
- Brukes med forsiktighet av diabetikere
- «Importal»-pulveret inneholder laktitol. Laktitol kan forårsake gass, oppblåsthet, mageknip og/eller diaré.
- Testen bør ikke tas under akutt infeksjonssykdom eller feber

30 dager før

Vent i 30 dager med å ta prøven etter koloskopi eller bariumklystér

14 dager før

Ikke bruk antibiotika, antisoppmidler, antimikrobielle tabletter, probiotika-tilskudd

7 dager før

Ikke bruk midler mot diare eller avføringsmidler, eller syrebalanserende midler

24 timer før

Spis en karbohydratfri diett. Se neste side for informasjon om 12 timers diett og deretter 12 timers faste.

Viktig å vite!

- **Ikke åpne, brekk av eller løsne korken på toppen av vakuumsørene.** Dette gjør at vakuemet går ut av sørene og vil ikke kunne benyttes til analysing.
- **Ikke stikk fingeren inn i siden på munnstykket,** da det er en spiss nål plassert på innsiden. Den grå gummien som dekker nålen, skal være på!

24 timer før prøveinnsamling – SPESIELL DIETT

Dagen før prøveinnsamling skal du spise en karbohydratfri diett

Du kan kun spise rent kjøtt, fisk, egg, samt drikke kaffe og te (uten tilsatt søtning eller melk). Du kan bruke pepper og salt. Det skal gå fint å steke kjøttet/fisken i litt olje eller smør. Hvis du unngår noen av disse matvarene av medisinske årsaker, fortsetter du å unngå det. Ved vegansk diett er hvit ris tillatt.

Eksempel på diett før testen:

- Frokost:
 - Kaffe, sort te (uten melk, sukker, suketter eller andre søtningsstoffer)
 - Eggerøre med kylling/kalkunfilét
- Lunsj:
 - Kokte egg fylt med tunfisk
 - Bakt eller grillet kjøtt uten garnityr
- Middag:
 - Kokt eller grillet reker og/eller dampede blåskjell
 - Bakt eller grillet fisk uten garnityr

12 timer før - FASTE

Ikke spis eller drikk noe annet enn vann. Ikke røyk/snus eller bruk tannkrem/munnskylning de siste 12 timene før prøveinnsamling og gjennom selve prøveinnsamlingen.

1 time før og under prøveinnsamling

Ikke spis eller drikk noe under prøveinnsamling. Du kan drikke vann etter vakuumsør nr. 4.

Du skal ikke sove eller trene en time før innsamling

Under selve prøveinnsamlingen

- Du kan **ikke** spise, røyke, snuse, tygge tyggegummi eller sove under prøveinnsamlingen. Du bør forbli i relativ hvile og du kan drikke vann.
- Fyll ut **Spørreskjema for symptomer underveis i testingen**.

Inneholder

8 nummererte vakuumsrør *

1 pappstativ til rørene

1 blå blåsebag med munnstykke **

1 «Importal»-pulver

1 Spørreskjema for symptomer

1 Lab1 rekvisisjonsskjema

1 forseglingsetikett

1 retureske

* Den hvite gummimembranen vil ofte være enten konveks eller konkav.

** Det er et hull i blåsebagen som skal forhindre at den blåses opp for mye.

Før innsamling

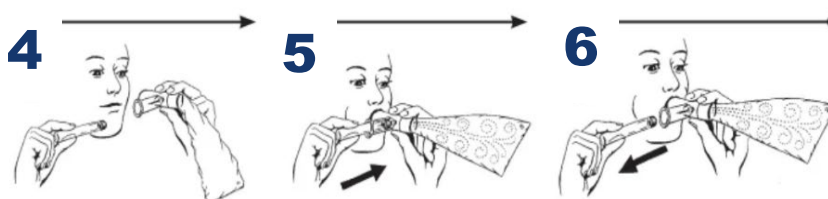
Rens munnen ved å pusse tennene og tungen med bare vann.

Under selve prøveinnsamlingen

- Du kan **ikke** spise, røyke, tygge tyggegummi eller sove under prøveinnsamlingen. Du bør forbli i relativ hvile og du kan drikke vann.
- Fyll ut **Spørreskjema for symptomer underveis i testingen**.

Utførelse av pustetesten

1. Fyll ett glass med 250 ml vann (mål opp). Åpne «Importal» posen og bland pulveret i vannet. Rør til det er løst opp. Sett blandingen til side. Den skal drikkes etter det første røret (vakuumsrør nr. 1).
2. **Blanding skal drikkes innen 5 minutter etter første vakuumsrør er samlet inn.** VIKTIG! Ikke drikk noe 1 time etter at man har drukket opp blandingen! Deretter skal det gå 30 minutter etter inntak av blandingen før vakuumsrør nr. 2 tas.
3. Følg tabellen på neste side og notér deg tidspunktene for prøvetaking
4. Ta blåsebagen i den ene hånden og vakuumsrøret i den andre.
Pust normalt, trekk inn pusten og hold den i 5 sekunder. **Lukk munnen godt rundt blåseventilen** og blås normalt ut i blåsebagen til den er full. **VIKTIG! Ikke blås hardt!**
5. Fortsett å blåse ut normalt. Mens du gjør dette, tar du vakuumsrøret og stikker det godt inn på siden av munnstykket. Nålen på innsiden vil sørge for å penetrere vakuumsrøret og vakuemet på innsiden vil suge inn luft i vakuumsrøret. **På ingen tidspunkt i løpet av dette steget skal du puste inn!**
6. Hold vakuumsrøret trykket inn i munnstykket i 2 sekunder før du drar røret ut igjen. Når vakuumsrøret er fjernet kan du slutte å puste ut.



7. Skriv klokkeslettet for prøveinnsamlingen på spørreskjemaet/tabellen under.
8. Plasser vakuummørret tilbake i pappstativet.
9. Følg tabellen og notér klokkeslettet.

Vakuummør nr.	Steg for steg	Notér tidspunkt for innsamling
Rør 1	Tas før inntak av "Importal"- blandingen	
	Drikk Importal-pulveret blandet med 250mL vann	
Rør 2	Tas 30 min etter du har drukket blandingen	
Rør 3	Tas 30 min etter rør 2	
Rør 4	Tas 30 min etter rør 3	
Rør 5	Tas 30 min etter rør 4	
Rør 6	Tas 30 min etter rør 5	
Rør 7	Tas 30 min etter rør 6	
Rør 8	Tas 30 min etter rør 7	