

NORMAS DEL TEST DE MALABSORCIÓN DE LACTOSA

1) **PREPARACIÓN DEL PACIENTE** (requisitos indispensables):

- Ayuno de al menos 8 horas (se recomienda realizar el test al levantarse SIN DESAYUNAR).
- No fumar al menos 8 horas antes del test ni durante la realización del mismo
- No realizar ningún ejercicio mientras se está realizando el test (intentar permanecer sentado; si es necesario levantarse no correr ni subir escaleras)

2) **TIEMPOS DE RECOGIDA DE MUESTRAS:**

- *Recoger dos muestras de aliento basales ANTES DE tomar la lactosa.*
- Echar parte de la lactosa en un vaso de agua y disolver con el vaso lleno hasta la mitad; ir añadiendo poco a poco el resto de la lactosa y del agua hasta llenar el vaso (aproximadamente 200 ml) asegurándose de que se va disolviendo la lactosa.
- Beber el vaso con la lactosa disuelta; si al acabar de beber aún queda un poco en el fondo del vaso, añadir un poco más de agua, disolver y beber
- Después de tomar la lactosa, recoger una muestra cada 20 minutos hasta el minuto 180 (3 horas), excepto en los tiempos: basal, 1 hora, 2 horas y 3 horas, en que se recogerán dos muestras.
 - 1) Introducir la "pajita" hasta el fondo del tubo y SIN COGER AIRE, empezar a soplar cada vez que se va sacando la pajita poco a poco.
 - 2) Cuando cueste seguir soplando, cerrar el tubo inmediatamente enroscando perfectamente el tapón
 - 3) Repetir la operación en los tiempos apuntados en los tubos: antes de tomar la lactosa y cada 20 minutos (20', 40', 1 horas, 80' ...) hasta las tres horas.

3) **APUNTAD INCIDENCIAS:**

- Apuntad cualquier incidencia que ocurra durante la realización del test: dolor de estómago, diarrea, vómitos, mareos... y la hora aproximada a la que ha ocurrido.

4) **ENTREGAD LA MUESTRA** junto con la hoja de petición, realizada por su especialista, en la Unidad de Investigación (4ª Planta del Área de consultas) en horario de 9 a 14 horas.