


## PREPARO PARA O TESTE RESPIRATÓRIO DE HIDROGÊNIO

### NO DIA ANTERIOR AO EXAME

#### ALIMENTOS PERMITIDOS

- Arroz
  - Alimentos sem glúten
  - Flocos de milho e de arroz
  - Pimentões (de qualquer cor)
  - Cenoura
  - Cebolinha
  - Pepino
  - Berinjela
  - Couve
  - Alface
  - Azeitonas
  - Abobrinha
  - Tomate
  - Carne
  - Ovos
  - Peixe
  - Sorvete sem lactose
-  Todos os alimentos devem ser preparados sem adição de alho.

#### ALIMENTOS PROIBIDOS

- Alimentos com trigo — pães, massas, bolachas, biscoitos, bolos, cereais
- Batata
- Batata-doce
- Centeio
- Cevada
- Couve-flor
- Alho
- Alho-poró
- Cogumelos
- Quiabo
- Cebola
- Ervilhas
- Frutas
- Feijão
- Grão-de-bico
- Soja
- Pistache
- Castanha de caju
- Refrigerantes
- Bebidas com frutose
- Mel
- Alimentos com lactose

### DURANTE O EXAME

- O tempo de permanência na clínica é de **3 horas**.
- Não coma, beba, fume ou masque chicletes/balas durante o exame.
- Não durma durante os intervalos — o sono altera o resultado.

### NO DIA DO EXAME

**08 horas antes do exame:** Jejum total, nem água.

#### MEDICAÇÕES

- Tome normalmente os medicamentos de uso contínuo.
- Evite medicamentos esporádicos, como suplementos.

#### ADIAR O EXAME SE ESTIVER:

- Com febre.
- Com gripe ou resfriado com secreção.
- Fez preparo para colonoscopia — aguarde 1 semana.
- Uso de antibióticos — aguarde 4 semanas.
- Uso de laxantes — aguarde 1 semana.
- Uso de probióticos — aguarde 4 semanas.
- Uso de Semaglutida, Liraglutida ou Tirzepatida — aguarde 20 dias.

#### SINTOMAS POSSÍVEIS NAS 24 HORAS APÓS O EXAME

Náuseas, vômitos, dor ou cólica abdominal, distensão abdominal, diarreia ou outros sintomas.

 **CANCELAMENTO:** Se precisar desmarcar, avise com 48 horas de antecedência.