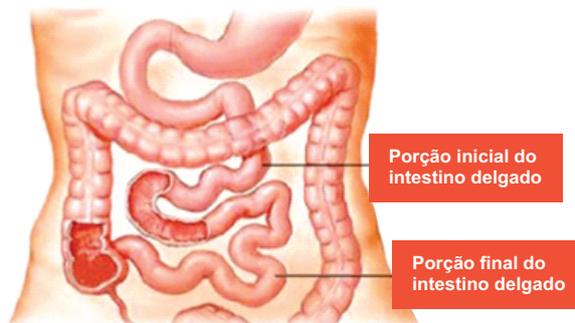


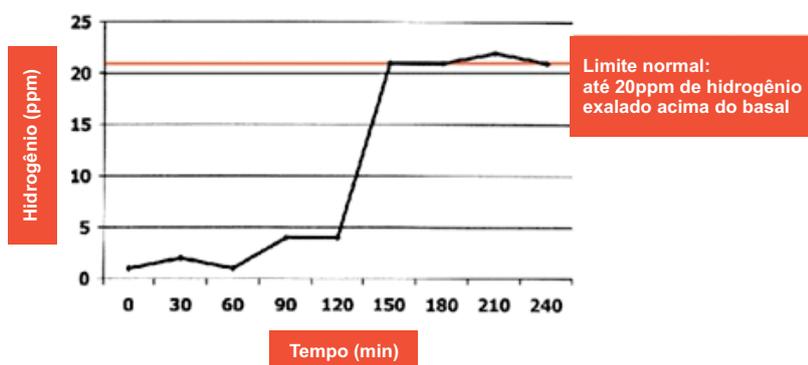
Teste Respiratório para Intolerância a Lactose

A lactose, também chamada de açúcar do leite, é um dissacarídeo composto por uma molécula de glicose e outra de galactose. A sua hidrolisação ocorre nas porções iniciais do intestino delgado na presença da enzima lactase.



A deficiência desta enzima impede a degradação da lactose sendo esta fermentada. A fermentação causa um quadro de distensão abdominal, flatulência e diarreia conhecido como Intolerância a Lactose. Saiba mais sobre esta condição acessando a Enciclopédia do Aparelho Digestivo no site: www.progastrojoinville.com.br.

O teste respiratório para a intolerância a lactose é realizado através de coleta de gases do pulmão após administração oral de lactose. Na ausência da enzima lactase, a lactose é fermentada pelas bactérias levando a um aumento do Hidrogênio (H₂) exalado pelo pulmão.



Descrição do exame:

- 1) Determina-se a concentração basal de H₂ no ar do pulmão solicitando que o paciente expire continuamente no aparelho;
- 2) Concentrações basais elevadas são sugestivas da ingestão de alimentos fermentativos na véspera. **Por isso, siga adequadamente as orientações do preparo para o exame não ser suspenso!**
- 3) Ingestão da lactose pelo paciente;
- 4) Após a isto o ar alveolar é coletado através de sopro no aparelho e analisado a cada 30 minutos durante 3 horas.

Duração total do exame: aproximadamente 3 horas.

Preparo para o exame:

1) Quatro semanas antes do teste (um mês antes):

- Não tomar antibióticos oral ou venoso;
- Não tomar probióticos (ex: floratil, prolive, simbioflora, etc);
- Não ter sido submetido(a) à colonoscopia ou enema opaco (RX do intestino grosso com contraste), ou outro procedimento que necessitou de limpeza completa do cólon.

2) Uma semana antes do exame:

- Não usar procinéticos (domperidona, bromoprida, metoclopramida);
- Não ingerir laxantes (dulcolax, tamarine, lactulona, etc);
- Não fazer uso de suplementação de fibras (metamucil, benefiber, plantaben, etc).

3) Um dia antes do exame

- Não ingerir leite ou derivados (queijo, coalhada, iogurte, etc);
- Não ingerir mel, refrigerantes, bebidas esportivas ou alcoólicas;
- Não comer nada que contenha fermento.

Alimentos **PERMITIDOS** um dia antes do exame:

Café, chá, água
Arroz, carne magra
Legumes cozidos: cenoura, chuchu, batata
Verduras cozidas: escarola, agrião, almeirão
Tempero: sal, vinagre, azeite, óleo vegetal
Frutas: mamão, pêra e banana
Sucos coados: limão, maracujá e laranja
Gelatina dietética

Alimentos **PROIBIDOS** um dia antes do exame:

Leite, iogurte, creme de leite
Bolachas, cereais em barra, pão
Tortas, macarrão e massas em geral
Legumes e verduras cruas, Grãos, feijão, milho e ervilha
Chocolates, doces e bolos, açúcar ou adoçante
Frutas em geral
Carnes gordas, frituras e frios
Bebidas alcoólicas e gasosas, mostarda, catchup e maionese



Sugestão de dieta para o dia anterior ao exame:

- **Café da manhã** - alimentos permitidos: leite de soja (Ades), chá, suco de soja, pão francês sem miolo, torrada, bolacha de água e sal, margarina, ovo frito ou mexido;
- **Almoço** - alimentos permitidos (em pequena quantidade): uma porção de frango, peixe ou carne, legumes e verduras cozidas (cenoura, batata, chuchu, abobrinha), uma porção de arroz, ovo frito ou mexido;
- **Jantar** - alimentos permitidos (em pequena quantidade): leite de soja (Ades), uma porção de frango, peixe ou carne, legumes e verduras cozidas (cenoura, batata, chuchu, abobrinha), uma porção de arroz, ovo frito ou mexido.

Importante: comer só até as 22:00 horas da noite (após as 22:00hs somente água está liberada)

4) No dia do exame:

- Se for diabético, não tomar o comprimido para diabetes;
- Continuar tomando as medicações de uso contínuo para pressão alta, colesterol, tireóide e outros. Não suspender esses medicamentos sem orientação médica;
- Não fumar ou realizar qualquer atividade física;
- Não escovar os dentes no dia do exame. Trazer sua escova de dente.

Observações:

- O teste respiratório trata-se de um exame não invasivo, sem anestesia, sem sedação e sem necessidade de acesso venoso (pegar veia);
- O exame será realizado na própria clínica sem a necessidade de acompanhante (para maiores de 18 anos). Será necessária permanência na clínica por cerca de 2 a 3 horas;
- Podem ocorrer sintomas devido a intolerância alimentar individual, como dor no abdômen, distensão, gases e diarreia.

Data do exame: ___/___/___ Horário: ___:___