



Teste Respiratório de Intolerância à Lactose com Hidrogênio Expirado.

Orientações

O teste respiratório com mensuração do hidrogênio expirado é considerado o melhor exame para o diagnóstico da intolerância à lactose, pois além de apresentar grande sensibilidade e especificidade, é um exame não invasivo (sem coleta de sangue) e totalmente indolor, o que facilita sua realização em gestantes e em crianças de qualquer idade. Este exame permite avaliar a causa de sintomas como diarreia, distensão abdominal, constipação, e auxilia no diagnóstico diferencial de síndrome do intestino irritável, insuficiência pancreática exócrina, cirrose hepática e no monitoramento de doença celíaca. Confirma a existência de intolerância a lactose, má absorção de frutose, supercrescimento bacteriano, intolerância a sorbitol, intolerância a xilitol e auxilia na determinação de trânsito oro-fecal.

No teste de tolerância a lactose, o exame investiga a capacidade do organismo para absorver a lactose no intestino. A intolerância à lactose se dá por insuficiência ou falta de uma enzima intestinal chamada lactase. O hidrogênio existente no ar que sai dos pulmões se forma a partir da fermentação de açúcares que não foram absorvidos por bactérias do intestino, e a sua medida antes e após a ingestão do açúcar que se quer testar, permitira verificar a existência da má absorção. Para avaliar a capacidade do indivíduo em digerir o leite, o açúcar recomendado é a lactose, ingerido na forma de pó dissolvido em água. Trata-se de exame simples, com duração de 3 horas com coleta de amostras expiratórias em intervalos regulares de 15 ou 30 minutos.

Preparo

O paciente deverá comprar em farmácia de manipulação a Lactose em pó 50g e levar no dia do exame.

Quatro semanas antes do exame:

- O paciente não poderá fazer uso de antibióticos oral ou venoso (antibióticos tópicos para pele, olhos e ouvido estão liberados), ou de probióticos (ex.: Floratil®, Repoflor®, Prolive®, Simbioflora®, etc.).
- Iogurtes ou Yakult não interferem.
- Não poderá se submeter à colonoscopia ou enema opaco (RX do intestino grosso com contraste)

A partir da manhã da véspera do exame:

- Não ingerir leite ou derivados, mel, refrigerantes, bebidas esportivas (ex.: Gatorade, etc.), bebidas alcoólicas ou sucos de fruta, especialmente em lata ou caixinha (industrializados), laxantes, Suplementação de fibras (ex.: Metamucil®, Benefiber®, Plantaben®, etc.).
- Evitar ao máximo a ingestão de alimentos com alto teor de fibras (aveia, arroz integral, feijão, linhaça, pão integral, laranja, maçã, manga, ameixa, couve, repolho, agrião, berinjela, feijão, lentilha, ervilha, etc.).
- Iniciar jejum após 20:00 h (somente água está liberada).

Na manhã do exame:

- Não fumar ou realizar qualquer atividade física.
- Evite goma de mascar.
- Importante trazer sua escova de dentes e deixar para fazer escovação na clínica.
- Não usar antisséptico bucal.

Obs: Pacientes diabéticos devem consultar seu médico assistente sobre o controle da glicemia antes de realizar o teste. Ao término do exame se confirmado intolerância à Lactose o paciente poderá apresentar desconforto abdominal, diarreia e gases intestinais por algumas horas.