

Information patient pour le test respiratoire à l'hydrogène expiré (test SIBO)

SIBO = Small Intestinal Bacterial Overgrowth, ou pullulation de l'intestin grêle.

A la demande de votre médecin, un test respiratoire vous est proposé.

Afin que vous soyez clairement informé du déroulement, nous vous demandons de lire attentivement ce document d'information.

Le principe de l'examen est de mesurer la quantité d'hydrogène dans l'air expiré. Ce test permet de rechercher une pullulation bactérienne de l'intestin, ou une intolérance/malabsorption au sucre testé.

Les symptômes digestifs que vous pourriez ressentir (ballonnements, crampes abdominales, diarrhées) au cours du test sont précisément ceux que votre médecin désire investiguer.

Préparation à l'examen (INDISPENSABLE A RESPECTER) :

- Rester à jeun depuis la veille au soir (12 heures)
- Pas de chou, lentilles, poireaux, ail, pousses de soja, pois, haricots ou légumes marinés la veille du test
- Le dernier repas avant le test (repas du soir) ne doit pas contenir de fibres (Les fruits, légumes, légumineuses et céréales)
- Pas de produit laitier ou jus de fruits lors du repas du soir et jour du test. Seule boisson autorisée : eau.
- Pas de cigarette ou de chewing-gum 12 heures avant le test
- Eviter de faire le test en cas de prise d'antibiotiques ou coloscopie au cours du mois précédent
- Boire un verre d'eau chaude ou tiède avant de venir au laboratoire (pour éliminer la flore bactérienne intestinale). Vous pouvez avec cette eau prendre vos médicaments habituels (sauf des vitamines, laxatifs ou antibiotiques)
- Les personnes qui portent un dentier doivent s'abstenir d'utiliser de la colle le jour du test
- Le lavage des dents avant le test est autorisé et recommandé.

Exemple de repas pour la veille du test : Riz blanc avec poisson ou viande (ex : poulet).

Contre-indications au test :

- Contre-indication absolue : hypoglycémie postprandiale connue ou suspectée
- Contre-indications relatives : prise d'antibiotiques ou coloscopie au cours du mois précédent
- Prise de laxatif 3 jours avant le déroulement du test.

Déroulement de l'examen :

Cet examen se déroule sur les sites Alphabio de l'hôpital Européen, 13003 (Tel : 04 13 42 81 00) et Bioparadis, 13008 (Tel : 04 91 77 86 18).

- Enregistrement à l'accueil avec votre carte vitale et votre ordonnance
- Vérification du respect des conditions de préparation à l'examen (un questionnaire sera à remplir).
- Le déroulement de ce test respiratoire consiste à souffler dans un instrument à des temps bien précis avant et après ingestion d'un sucre dilué dans de l'eau (qui vous sera fourni le jour du test). Lors du déroulement du test, une personne responsable sera présente pour vous assister et vous fournir les recommandations nécessaires.
- Ce test consiste à mesurer l'hydrogène expiré (qui provient de l'activité métabolique de votre flore digestive également appelée microbiote). Avant de souffler dans la machine, il vous sera demandé de **retenir votre souffle pendant 10 à 15 secondes** puis d'**expirer lentement**. Retenir le souffle permet à l'hydrogène contenu dans le sang d'arriver jusqu'aux poumons pour être expiré et mesuré par l'instrument.
- Les symptômes éventuels ressentis seront notés durant l'examen et peuvent contribuer à l'interprétation des résultats du test.
- Pendant toute la durée du test (minimum 2 heures), vous ne pourrez ni manger, ni fumer.

Important : Pensez à prendre votre ordonnance le jour du test ainsi que votre carte vitale et mutuelle.

Après l'examen :

Pas de surveillance particulière.