

Consideraciones previas a la toma de muestra para test SIBO

Es **MUY IMPORTANTE** que antes de realizar la recogida de muestra siga las siguientes consideraciones:

- Debe realizarse la prueba en ayuno de 12 horas.
- Debe realizar una dieta pobre en carbohidratos fermentables las 24 horas previas al estudio para lograr niveles basales de hidrógeno y/o metano óptimos. Se recomienda no ingerir alimentos de difícil digestión como: col, judías, cebollas, pasteles, pan fresco horneado o grandes cantidades de fruta.
- Debe interrumpir la ingesta de probióticos 2 semanas antes de la prueba.
- No debe tomar azúcares las 24 horas previas al estudio. No masticar chicle o tomar caramelos.
- No debe realizarse la prueba si en las 4 semanas anteriores se sometió a un tratamiento con uno o más de los siguientes elementos: aspirinas, antibióticos, procinéticos (Motilium, Cidine, Blaston o similares), laxantes (incluyendo Plantaben u otra fibras) y/o enemas de limpieza, o si ha sido sometido a una limpieza intestinal o colonoscopia.
- Debe acudir a la prueba sin uso de dentrífico durante la limpieza bucal. El día de la prueba no debe realizar la limpieza bucal, solo mediante enjuague con una solución de clorhexidina sin sorbitol.
- No se debe fumar o realizar cualquier esfuerzo físico desde al menos 30 minutos antes del inicio de la prueba y hasta su finalización.
- Únicamente se permite tomar agua sin gas durante la realización de la prueba.
- Debe retrasar la realización del estudio en caso de haber padecido una gastroenteritis aguda la semana previa.