



## דף הדרכה לקראת בדיקת נשיפה לבירור שגשוג חיידיקים במעי SIBO הדק)

### מהי בדיקת נשיפה לבירור שגשוג חיידיקים במעי הדק?

תלונות על תפיחות בטנית, ריבוי גזים, שינוי בהרגלי היציאות וכאבי בטן יכולות להיגרם, בין היתר עקב פעילות מטבולית נמרצת של החיידיקים במעי שלנו. כאשר יש פעילות מוגברת של החיידיקים במעיים שלנו נפלטים גזים (כמו מימן ומתאן).  
גוף האדם אינו יכול לייצר את הגזים הללו ולכן כאשר קיימים הרבה מהגזים זה יכול להראות על פעילות מוגברת של החיידיקים במעי שלנו. זה קורה בעיקר כשסוכרים מסוימים אינם מתעכלים בצורה טובה. בדיקות נשיפה יכולות לעזור לנו למדוד כמה פעילה הפלורה במעי שלנו על ידי ניטור רמות הגזים בנשימה שלנו. זה יכול לתת לנו אינדיקציה האם יש יותר מדי חיידיקים במעי הדק. הבדיקות האלה מדויקות אבל לא מושלמות, ולפעמים יכולות להראות תוצאות שאינן מדויקות.

מטופל/ת יקר/ה

הנך מוזמן/ת לתבחין נשיפה לזיהוי שגשוג חיידיקים במעי הדק ( SIBO ). בבדיקה זאת תקבל לשתות תמיסת 10 גרם לקטולוז מומסים בכוס מים או 75 גרם גלוקוז מומסים בכוס מים. כמו כן, עליך לתת דגימות נשיפה כל רבע שעה במשך כשעה וחצי לערך.

תבחין נשיפה הינה בדיקה אשר לא דורשת טשטוש ואינה דורשת ליווי. חשוב למלא את השאלונים המתייחסים בין היתר, לתלונות על כאבי בטן, תפיחות, ריבוי גזים, שלשול או יציאות רכות בחצי שנה האחרונה ובמהלך תבחין זה.

\*עליך להגיע עם תעודה מזהה עם תמונה וטופס התחייבות (טופס 17) עבור הבדיקה

### הנחיות טרם הבדיקה:

1. יש להימנע מנטילת אנטיביוטיקה, פרוביוטיקה או פרביוטיקה 4 שבועות לפני התבחין
2. יש להימנע מביצוע בדיקת קולונוסקופיה (כולל וירטואלית), קפסולה אנדוסקופית, או כל בדיקה אחרת המצריכה ניקוי המעי במהלך 4 השבועות טרם ביצוע התבחין.
3. מומלץ להימנע מנטילת תרופות פרוקיניטיות (מוטיליום, רזולור), או תרופות וחומרים משלשלים מכל סוג כשבוע לפני התבחין.
4. יממה טרם התבחין מותר לאכול ולשתות רק את הרשום **בדף ההנחיות התזונתיות** (מצורף)
5. יש להקפיד על צום מלא (שתיה ואכילה) 12 שעות לפני ביצוע התבחין. מאידך, במידה ובבדיקות קודמות חשת ברע לאחר צום של 12 שעות, דווח על כך לרופא המפנה ועדכן את איש צוות המעבדה ביום התבחין.
6. ניתן לשתות מים עד שעתיים לפני התבחין (גם למי שנטל תרופות קבועות).
7. אין להפסיק תרופות קבועות מכל סוג, לרבות תרופות מעקבות הפרשת חומצה (נקסיום, אומפרדקס, לנטון, לוסק, אזופרים).
8. יש להימנע מעישון החל מהשעה 20:00 בערב שלפני הבדיקה ועד סיום התבחין.
9. יש להימנע מפעילות גופנית מאומצת כ-12 שעות לפני ביצוע התבחין.
10. בבוקר הבדיקה יש לצחצח שיניים ולשטוף את הפה עם מי פה מכל סוג שהוא.
11. אין לשתות אלכוהול 24 שעות לפני התבחין.
12. במידה ויש לך חום או קיים חשד שנדבקת בשפעת או בקורונה נא לא להגיע למעבדה.

**בהצלחה ורפואה שלמה!**  
**צוות מכון הגסטרו**