

# Comment confirmer une intolérance au lactose: le test respiratoire à l'hydrogène



Le test respiratoire à l'hydrogène (ou HBT Hydrogene Breath Test) est utilisé pour confirmer le diagnostic de certaines pathologies, notamment en cas de malabsorption des sucres, comme le lactose, le fructose ou le sorbitol.

## Principe:

Il s'agit d'un test non invasif qui mesure la concentration d'hydrogène dans l'air expiré. En effet dans un processus normal de digestion peut de sucres arrivent au niveau de l'intestin. En cas de dysfonctionnement les sucres arrivent dans l'intestin où ils sont fermentés par des bactéries, créant de l'hydrogène.

L'hydrogène passe alors dans la circulation sanguine et est transporté jusqu'aux poumons, où il est expiré.

Or comme la seule source d'hydrogène est la fermentation des sucres, on peut donc en déduire qu'il y a une malabsorption.

## Protocole

Pendant 2 jours avant l'examen: éviction des aliments contenant des sucres (lactose / fructose / saccharose)

Le jour du test: être à jeun

Le test dure environ 4 heures.

Après avoir absorbé un liquide contenant 20 à 25 g de lactose expiration toutes les 20 à 30 minutes dans un appareil.

## Résultats:

Une concentration anormalement élevée d'hydrogène indique que l'organisme n'a pas absorbé le lactose et que ce dernier a fermenté dans la produisant ainsi de l'hydrogène.

On considère qu'un taux d'hydrogène expiré supérieur à 20 ppm (parties par million) est anormal, tout comme une augmentation de 10 ppm par rapport au taux de base. Seul le médecin pourra analyser vos résultats.