

Lineamientos de preparación para la prueba de aliento SIBO



Se requiere el cumplimiento estricto de la dieta de preparación y los lineamientos para asegurar los resultados más precisos y confiables.

2 SEMANAS ANTES DE LA PRUEBA

- **NO** realice esta prueba dentro de 2 semanas de diarrea atípica. Si tiene preguntas sobre lo que puede significar 'típica' vs 'atípica' **consulte a su proveedor**.
- **NO** se someta a una colonoscopia, enemas de bario o colónicos durante este tiempo.
- Termine de tomar cualquier antibiótico o antifúngico (excepto las personas a las que se les está volviendo a hacer la prueba después del tratamiento SIBO). Aquellos que están volviendo a hacer la prueba después del tratamiento SIBO deben seguir el consejo de su proveedor sobre el tiempo recomendado para volver a hacer la prueba.

4 DÍAS ANTES DE SU PRUEBA

Evite todos los laxantes. Esto incluye altas dosis de vitamina C y magnesio que se están tomando específicamente para inducir un efecto laxativo.

24 HORAS ANTES DE SU PRUEBA - INICIE LA DIETA DE PREPARACIÓN *(tome en cuenta que algunos proveedores aumentan la duración de la dieta de preparación)*

- Evite todos los medicamentos y complementos no esenciales incluyendo probióticos durante la dieta de preparación. Si tiene preguntas sobre lo que puede significar 'no esencial' vs. 'esencial' **consulte a su proveedor**.
- Evite todos los alimentos con alto contenido en fibra y lactosa: todos los vegetales, todas las frutas, todos los frutos secos y semillas (incluyendo leche de nuez), todas las legumbres, todos los granos (excepto arroz blanco, pero sólo si su dieta normalmente incluye arroz blanco), todos los condimentos y todas las especias y hierbas (excepto sal y pimienta).
- La siguiente lista de alimentos incluye los **ÚNICOS** alimentos aceptables para la dieta de preparación - **si no está en la lista, NO lo coma**:
 - Cualquier carne, pescado/marisco, ave de corral
 - Arroz blanco al vapor simple (si usted está en una dieta libre de grano, por favor no consuma arroz)
 - Huevo
 - Caldo de carne claro (sin hueso / cartílago o caldo de verduras)
 - Grasas / aceites (por ejemplo, coco / oliva / aceite vegetal, mantequilla o manteca de cerdo)
 - Sal y pimienta
 - Café negro ligero y / o té negro ligero (normal, sin endulzantes ni crema, **NO** té verde ni té de hierbas)
 - Agua sola, es decir, no agua mineral
- Para ejemplos de comidas en la dieta de preparación, por favor visite nuestro sitio web: **sibocenter.com**

12 HORAS ANTES DE LA PRUEBA

Comience el ayuno (los pacientes diabéticos y las embarazadas deben consultar a su proveedor antes del ayuno para asegurar que esta dieta sea recomendable). Evite todos los alimentos y bebidas (excepto agua simple).

EL DÍA DE SU PRUEBA

- Despierte al menos 1 hora antes de comenzar la recolección. Puede cepillarse los dientes como de costumbre. No fume ni realice ejercicio vigoroso durante al menos una hora antes de la recolección. Puede beber agua sola.
- Para un programa de muestreo de la prueba, por favor visite nuestro sitio web: **sibocenter.com**

ADMINISTRACIÓN DE SU PRUEBA

- Lea las instrucciones que se proporcionan en el kit.
- Para pacientes menores a 100 lbs, consulte las instrucciones en la bolsa azul del aparato de respiración.
- Por favor **visite nuestro sitio web para ver un video paso a paso** y respuestas a preguntas frecuentes: **sibocenter.com**
- Tenga en cuenta que la envoltura gris que cubre la aguja es una medida de seguridad – **NO QUITAR**.
- Tenga en cuenta que se le permite beber agua simple durante la prueba.

ENVÍO

- Envíe su kit completado de vuelta al laboratorio NUNM SIBO. Asegúrese que el kit llegue dentro de 2 semanas después de finalizar la prueba.
- Los kits pueden enviarse por USPS, FedEx o UPS. Si su kit no incluye una etiqueta de devolución con porte pagado, por favor envíelo a la dirección a continuación:

NUNM SIBO Lab | 3025 SW Corbett Ave. | Portland, OR 97201

P 503.552.1931 | F 503.444.6709 | SIBOlab@nunm.edu