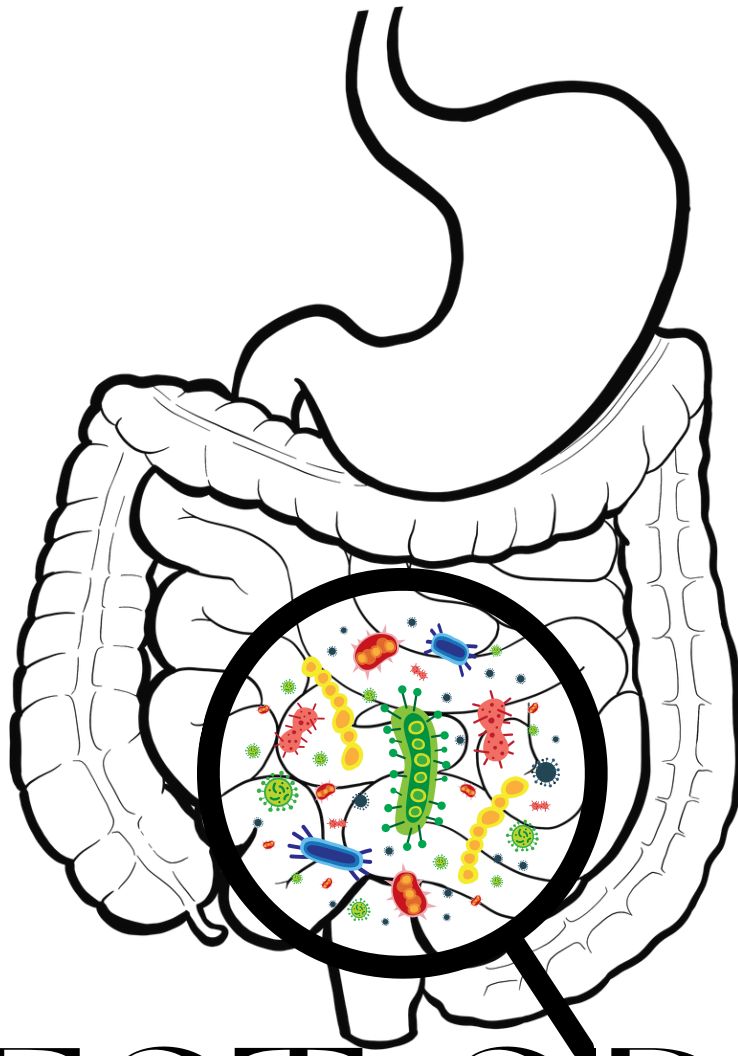




TEST SIBO

LABORATOIRE ANOUAL CENTRE

+212 669 59 20 75 / +212 522 86 03 36



contact@laboanoualcentre.ma



www.laboanoualcentre.ma



Information patient - Test respiratoire à l'hydrogène TEST SIBO



Dans le cadre de la mise en place du test respiratoire au sein de notre laboratoire, ce document a pour objectif de vous informer clairement sur le déroulement de l'examen et les conditions nécessaires à sa bonne réalisation.

Ce test vous est prescrit par votre médecin afin d'explorer d'éventuels troubles digestifs.

1. Définition

SIBO (Small Intestinal Bacterial Overgrowth) : correspond à une prolifération anormale de bactéries dans l'intestin grêle, pouvant entraîner :

- Ballonnements
- Douleurs abdominales
- Diarrhée ou constipation
- Inconfort digestif

2. Principe du test

Le test respiratoire permet de détecter une fermentation bactérienne anormale dans l'intestin grêle.

Le principe repose sur :

- L'ingestion d'une solution de lactulose
- La mesure de l'hydrogène (H_2) dans l'air expiré

Le lactulose est un sucre non absorbé qui progresse le long du tube digestif.

En cas de SIBO :

Les bactéries présentes dans l'intestin grêle fermentent précocement le lactulose, ce qui entraîne la production d'hydrogène, détecté ensuite dans l'air expiré.

Une augmentation de $\geq 10-12$ ppm par rapport à la valeur initiale est en faveur d'un SIBO.

Ce test est réalisé conformément aux recommandations internationales (Consensus ROME).

Information patient Test respiratoire à l'hydrogène TEST SIBO



4. Préparation au test (OBLIGATOIRE)

Le respect des consignes est indispensable pour garantir la fiabilité des résultats.

Tout non-respect peut entraîner l'annulation du test.

1 mois avant

- ✗ Éviter les antibiotiques
- ✗ Éviter les examens digestifs (coloscopie, préparation colique)

1 semaine (ou minimum 48h avant)

- ✗ Pas de laxatifs
- ✗ Pas de prokinétiques
- ✗ Pas d'anti-diarrhéiques

24 heures avant

✗ À éviter :

- Fruits, légumes, fibres
- Légumineuses
- Produits laitiers
- Céréales complètes, pain, pâtes
- Boissons sucrées ou alcoolisées
- Sucreries

✓ Autorisé (si bien toléré) :

- Viandes blanches, poissons, œufs
- Riz blanc ou pommes de terre (en petite quantité)
- Pâtes non complètes
- Eau, thé ou tisane sans sucre

Dîner léger recommandé vers 19h + Pas de tabac après 20h

10-12 heures avant jusqu'à la fin du test

- ✓ Jeûne strict (eau autorisée uniquement)
- ✓ Brossage des dents autorisé (dentifrice non mentholé recommandé)

Avant et pendant le test

✗ Ne pas fumer, ne pas mâcher de chewing-gum, ne pas dormir ou pratiquer une activité physique intense pendant au moins 30 minutes avant le test et durant toute sa durée

Informations médicales importantes

Le patient doit informer le laboratoire ou le médecin de toute prise récente d'antibiotiques, tout épisode récent de diarrhée et les traitements en cours...

Ces facteurs peuvent influencer les résultats.

- ✗ Aucun médicament ne doit être pris à partir de la veille au soir (sauf avis médical)

Information patient Test respiratoire à l'hydrogène TEST SIBO



5. Le jour du test

- Boire un verre d'eau avant de venir
- Éviter parfum ou lotion
- Apporter votre ordonnance

Pour les patients diabétiques :

- Ne pas injecter d'insuline à jeun sans avis médical
- Apporter votre glucomètre

6. Déroulement de l'examen

📍 Réalisé au laboratoire

🕒 Durée : 80 minutes

Étapes :

1. Mesure initiale (T0)
2. Ingestion de la solution de lactulose
3. Mesures respiratoires toutes les 20 minutes

Total : 5 mesures

Durée totale : 80 minutes

Vous devrez :

- Retenir votre souffle 10–15 secondes
- Puis expirer lentement dans l'appareil

Pendant le test :

- Rester au repos
- Ne pas manger ni fumer

6. Symptômes pendant le test

- Certains symptômes peuvent apparaître :
- ballonnements
- gaz
- inconfort abdominal

Ces informations seront notées et peuvent aider à l'interprétation des résultats.

Information patient Test respiratoire à l'hydrogène TEST SIBO



7. Contre-indications

Relatives :

- Antibiotiques récents (< 4 semaines)
- Laxatifs récents
- Préparation colique récente
- Diarrhée récente

En cas de doute, le test pourra être reporté.

8. Après le test

- Reprise immédiate de l'alimentation normale
- Aucune surveillance particulière nécessaire

Avantages du test au lactulose

- Exploration de tout l'intestin grêle (proximal et distal)
- Adapté aux patients diabétiques (contrairement au glucose)
- Permet d'observer :
 - un pic précoce (SIBO)
 - un pic tardif (fermentation colique normale)
- Non invasif, simple et bien toléré

References:

1. Gasbarrini, A. N. T. O. N. I. O., et al. "Methodology and Indications of H₂-Breath Testing in Gastrointestinal Diseases: the Rome Consensus Conference." *Alimentary pharmacology & therapeutics* 29 (2009).