

SIBO Pustep prøve



Hvem egner analysen seg til?

SIBO er betegnelsen på en tilstand preget av bakteriell overvekst i tynntarmen. Tarmbakterier forekommer vanligvis ikke i like store mengder i tynntarmen som de gjør i tykktarmen. Når bakteriemengden i tynntarmen overstiger det normale nivået, er det bakteriell overvekst. SIBO-testen er en pustetest hvor det samles 10 utåndinger over tre timer (med 20 minutters mellomrom).



Hva blir testet for?

SIBO kan resultere i et bredt spekter av symptomer, inkludert oppblåsthet, forstoppelse, diaré, flatulens, smerte og endrede avføringer. Studier har vist at opptil 72 % av pasienter med irritabel tarmsyndrom (IBS) også har SIBO. Analysen passer for pasienter som opplever symptomer som de nevnte, samt for inflammatoriske tarmsykdommer (Crohns, Cøliaki, Ulcerøs kolitt), reaksjoner på mat, leddsmerter, vitamin- og mineralmangel, betennelser, eksem og autoimmune sykdommer. Analysen kan være høyst relevant selv om du ikke har en tarmrelatert diagnose.



Hva betyr resultatet for deg?

En SIBO-pustetest kan indikere om bakteriell overvekst i tynntarmen er en medvirkende årsak til magesymptomer. Basert på analysesvaret kan det planlegges en behandling for den enkelte pasient slik at ikke bare symptomer kan lindres, men også en årsaksbehandling kan settes i gang. En behandlingsplan inneholder et individuelt tilpasset kosthold og/eller forslag til kosttilskudd, samt en vurdering av hvor lenge intervensjonen skal følges.

Varigheten av intervensjonen avhenger av pasientens individuelle behov og respons. Behandlingsopplegget kan innebære å redusere bakterieoverveksten i tynntarmen, samt skape en gunstigere balanse i tarmfloraen. I noen tilfeller utføres testen på nytt etter 2-3 måneder, avhengig av det individuelle behovet.



Referanser

- Ding, XW., Liu, YX., Fang, XC., Liu, K., Wie, YY., Shan, MH. The relationship between small intestinal bacterial overgrowth and irritable bowel syndrome. *Eur Rev Med Pharmacol Sci.* 2017; Nov;21(22):5191-5196
- Lin, H.C. Small intestinal bacterial overgrowth: a framework for understanding irritable bowel syndrome. *JAMA: the journal of the American Medical Association*, 2004, 292 (7), pp. 852-858
- Ghoshal, U.C. How to interpret hydrogen breath tests. *Journal of neurogastroenterology and motility*, 2011, 17 (3), pp. 312-317
- Rezaie, A. et al. Hydrogen and Methane-Based Breath Testing in Gastrointestinal Disorders: The North American Consensus. *The American journal of gastroenterology*, 2017, 112 (5), pp. 775-784
- Chatterjee, S. et al. The Degree of Breath Methane Production in IBS Correlates With the Severity of Constipation. *The American journal of gastroenterology*, 2007, 102 (4), pp. 837-841