

SIBO Pustep prøve



Hvad er SIBO (Small Intestinal Bacterial Overgrowth)?

SIBO er betegnelsen for en tilstand karakteriseret ved overvækst af bakterier i tyndtarmen. Tarmbakterier forekommer normalt ikke i lige så store mængder i tyndtarmen, som de gør i tyktarmen. Når mængden af bakterier i tyndtarmen overstiger det normale niveau, er der tale om bakteriel overvækst. SIBO prøven er en pustep prøve, hvor der opsamles 10 udåndinger i løbet af tre timer (med 20 minutters intervaller).

Hvem egner analysen sig til?

SIBO kan resultere i en lang række symptomer, blandt andet oppustethed, forstoppelse, diarré, luft i maven, smerter og skiftende afføringsmønstre. Studier har vist, at op mod 72% af patienter med irritable tarmsyndrom (IBS) også har SIBO. Analysen egner sig til patienter, der oplever symptomer som førnævnte, samt ved inflammatoriske tarmsygdomme (Crohns, Cøliaki, Colitis Ulcerosa), reaktioner på fødevarer, ledsmerter, vitamin- og mineralmangel, inflammation, eksem og autoimmune sygdomme. Analysen kan sagtens være relevant selvom man ikke har en tarm-relateret diagnose.



Hvad testes der for?

Der indtages en sukkeropløsning før opsamling af udåndinger. Ud fra disse analyseres koncentrationen af gasserne hydrogen og metan. Når sukkeropløsningen når ned til bakterierne i tyndtarmen, vil disse bruge sukkeret som føde, og producere hydrogen og/eller metan som biprodukt. Disse gasser absorberes fra tarmen til blodbanen, hvorfra det føres med blodet til lungerne og udåndes. Koncentrationen af det målte hydrogen og metan angives på testresultatet.



Hvad betyder resultatet for dig?

En SIBO pustep prøve kan indikere, om bakteriel overvækst i tyndtarmen er en medvirkende årsag til mavesymptomer. På baggrund af analysesvaret kan en individuel behandling tilrettelægges, så ikke blot symptomerne kan forsøges lindret, men så en årsagsbehandling kan opstartes. En behandlingsplan indeholder et individuelt tilpasset diæt- og/eller kosttilskudsforslag, samt en vurdering af hvor længe interventionen bør følges.

Varigheden af interventionen er afhængig af patientens individuelle behov samt respons. Behandlingsplanen kan gå ud på at mindske den bakterielle overvækst i tyndtarmen, samt oprette en mere gunstig balance i tarmfloraen. I nogle tilfælde udføres testen igen efter 2-3 måneder, afhængig af det individuelle behov.



Referencer

- 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.