

FeNO-Messung - Wichtige Hinweise für Patient*innen

1. 1 Stunde vorher: nichts essen oder trinken

- Keine scharfen Speisen
- Kein Kaffee, Cola oder Energydrinks
- Kein Alkohol
- Wasser ist erlaubt

2. Nicht rauchen – mindestens 1 Stunde vorher

- Zigaretten
 - E-Zigaretten / Vapes
 - Shisha
- Optimal: mehrere Stunden rauchfrei.

3. Kein Sport – 1 Stunde vorher

- Keine anstrengenden Aktivitäten
- Sport kann den FeNO-Wert verändern

4. Keine inhalativen Medikamente kurz vorher

- Inhalative Kortikosteroide – mind. 12 h vorher
- Bronchodilatatoren – mind. 1–2 h vorher
- Bei Bedarf Praxis informieren.

5. Keine große Mahlzeit – 2 Stunden vorher

- Vermeidet Völlegefühl und erleichtert die Atemmanöver
- Bitte keine Fleischprodukte am Tag der Messung konsumieren

6. Vor der Messung: ruhig atmen

- Keine tiefen Atemübungen
- Nicht hyperventilieren

7. In den Tagen vor dem Termin üben

- Einen Ton ca. 10 Sekunden halten
- Zwischen zwei Tonhöhen wechseln und jeweils ca. 5 Sekunden halten.