








## 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
  - Bronchodilatoren – 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 Tönhöhen wechseln und jeweils ca. 5 Sekunden halten.