

Diagnostik: Wegweisend für die Diagnose ist die genaue Anamnese. Ein Ernährungstagebuch kann hierbei sehr hilfreich sein. Gesichert werden kann die Diagnose mittels des Laktosetoleranztest oder mit dem H2-Atemtest. Die primäre Laktoseintoleranz kann genetisch mit einer entsprechenden PCR nachgewiesen werden. Dabei wird das Laktase-Gen (LCT) an Genlokus 2q21 auf Mutationen untersucht. Die beiden häufigsten Polymorphismen sind 13910 C/T und 22018 G/A. Sie sind im Promotorbereich des LCT-Gens lokalisiert, der die Produktion der Laktase regelt. Die verschiedenen Genotypen können unterschiedlichen Symptombildern zugeordnet werden:- homozygote Träger von 13910 C/C und 22018 G/G: Symptome der Laktoseintoleranz. Heterozygote Träger von 13910 C/T und 22018 G/A: Laktoseintoleranz nur in Stresssituationen oder bei Darminfektionen

I Dieser Test muss zur Zeit (2015) vom Patienten selbst bezahlt werden, erspart ihm aber den evtl. sehr unangenehmen und nicht ganz ungefährlichen Laktosetoleranztest. Da die PCR eine Gendiagnostik ist, müssen der Patient und sein behandelnder Arzt eine von beiden unterschriebene Gendiagnostikerklärung in das Laboratorium einsenden.

Behandlung: Mit einer laktosearmen bzw. laktosefreien Ernährung - angepasst an die individuelle Laktose-Verträglichkeit - lassen sich die Symptome einer Laktoseintoleranz meist vermeiden oder zumindest verringern. Wer doch einmal ein Stück Sahnetorte oder ein Milcheis genießen möchte, kann eventuell vorher ein Präparat mit dem Enzym Laktase einnehmen. Das beugt Beschwerden vor. Eine sekundäre Laktoseintoleranz lässt sich oftmals komplett beseitigen, wenn es gelingt die zugrunde liegende Erkrankung erfolgreich zu behandeln.

Laktoseintoleranz

geschrieben von
Annabell Suhr

- I Quellen:
- I Netdoktor <https://www.netdoktor.de/krank>

I Homozygote Träger von 13910 T/T und 22018 A/A: Laktase-persistent, keine Symptome

-9-

-7-

www.minibooks.ch

-5-

-4-

-3-

-2-

- I - Beim primären Laktasemangel liegt entweder ein hereditärer Mangel an Laktase von Geburt an vor,
- I oder es kommt nach dem Abstillen zu einem kontinuierlichen Abfall der Enzymaktivität.
- I - Bei der sekundären Form führen andere

Ätiologie/Ursache: Ursache der Laktoseintoleranz ist ein erworbenes oder angeborenes Mangel des Enzyms Lactase (Beta-galactosidase), das auf dem Bürstensaum der Enterozyten des Dünndarms exprimiert wird. Beim Fehlen des Enzyms kann das Disaccharid Laktose nicht in seine Bestandteile, die Monosaccharid Glukose und Galaktose, aufgespalten werden. Laktose selbst wird nicht resorbiert und gelangt dann bis in den Dickdarm, wo ortständige Bakterien die Laktose abbauen. Als Gärungsprodukte entstehen meist kurz nach der Laktoseaufnahme Laktat sowie Kohlendioxid, Methan und Wasserstoff. Es gibt eine primäre und eine sekundäre Form der Laktoseintoleranz:

- I Bauchschmerzen (kollikartig)
- I Vollegefühl
- I Nausea
- I Erbrechen
- I Flatulenz
- I Diarrhoe

Symptome:

gastrointestinale Erkrankungen (wie z. B. eine Sprue oder ein Morbus Crohn des Dünndarms) zur Schädigung der Bürstensaumepithelien und damit zu einem Mangel an Laktase.

Definition: Bei der Laktose-Unverträglichkeit wird das Kohlenhydrat der Milch, die Laktose, nicht aufgespalten und sorgt so für unangenehme, schmerzhaft Symptome wie Blähungen, Krämpfe, aufgebähter Leib oder Durchfall. Das Enzym Laktase sorgt im Normalfall dafür, dass Milchzucker in seine Einzelbestandteile aufgespalten wird.