Schmutz 1.Januar 2014 Küttigen

Laktose Intoleranz 100%

Immer alles gut durchlesen wen nicht Deklariert ist Finger davon lassen.

Denn da ist auch ein Hartkäse unverträglich. Es kann Durchfall geben oder Verstopfung. Aber die Bauchkrämpfe und Blähungen sind hier sehr unangenehm. Die Blähungen gehen soweit das man so sehr aufgeht wo einem der Bauch total Steinhart wird. Und dies kann bis zu 14 Tage gehen bis man wieder ganz normalen Bauch hat. Dies geschieht auch teils wen man Medikamente dafür genommen hat. Man geht da genau gleich auf einmal mehr einmal weniger.

Für das Seelenwohl ist es aber wichtig auch mal was gleichwohl zu leisten, auch wenn man mal Medikamente nehmen muss.

Es ist erwiesen das Bebe mit „Käse-Haut“ geboren werden, später anfälliger sind auf die Laktose Intoleranz.

Bei mir war es auch so nach der Erzählung meiner Mutter Seelig. Und ich habe dies auch erst mit 41 Jahre bekommen womit man nie sagen kann wann es bei einem ausbricht.



Text aus Pflege Heute

Laktose-Toleranzteste dient dem Nachweiss eines Laktose Mangels (Laktose spaltendes Enzym) im Dünndarm. Der nüchterne Patient trinkt morgens 50ml Laktose in 400ml Wasser. Bei einem Laktose Mangel kann dies Disaccharid (Zweifach Zucker) Laktose im Dünndarm nicht in Einfachzucker aufgespalten und somit nicht resorbiert werden, so das der Blutglukosespiegel nach 30,60,90 und 120 Minuten im vergleich zu Gesunden nicht oder kaum ansteigen. Typischerweise treten bei Patienten mit einem Laktose Mangel ausserdem Blähungen und / oder Durchfall nach der Laktose Gabe auf.

Innere Medizin MLP Duale Reihe

Laktose Intoleranz

Definition infolge Fehlender oder erniedrigender Laktose Aktivität im Bürstenraum des Dünndarmes kommt es zu einer Malssimilation das Milchzucker mit Durchfall und Darmsymptomen.

Epidemiologie

Die erwerbende Laktose Intoleranz findet sich in den Tropen bei 40-100% der Bevölkerung, in Mitteleuropa bei 10-15 %.

Sie manifestiert sich bei entsprechender Exposition (Milch Konsum) bis zum 20.Lebensjahr. Der sekundäre Laktose Mangel ist folge einer anderen Dünndarmerkrankung(z.B. Glutenenteropathie).

Ätiophagenese

Häufig besteht nur ein relativer Laktose Mangel, der sich erst nach der Zufuhr grösserer Laktose Mengen manifestiert. Die Patienten klagen über heftigen wässrigen Durchfall, Leibschmerzen, Borborygmin und Flatulenz. Ursache ist eine bakterielle Vergärung des Milchzuckers, der Physiologie und H2.

Die erhöhte Osmolaritat in Dünndarm bedingt einen vermehrten Wassereinstrom.

Klinik

Viele Patienten schränken die Zufuhr von Milch und Milchprodukten ein, da sie bei entsprechender Exposition unter profusen wässrigen Durchfall, Leibgrimmen, Flatulenu u.ä. zu Leiden haben.

Der Stuhl ist sauer. Nur bei Kindern kommt es mitunter zu schweren Gedeih Störungen mit Azidose und Steatorrhö.

Diagnose

In einer Dünndarmbiopsie kann Laktose-Aktivitäten direkt bestimmt werden. Der14C-Laktoseexhalationstest und H2 Atemtest messen die bakteriellen Aktivitäten im Darm nach entsprechender Resorption der entstehenden Gase. In der Praxis genügt die Angabe des Patient, das er auf Michgenuss mit Durchfall reagiert; die Laktose Belastung beweist ein Intoleranz.

Differentialdiagnose

Differentialdiagnose ist an eine Milcheiweissallergie zu denken.

Therapie

Die Therapie besteht in einer Einschränkung der Laktose zufuhr also in einem Vermeiden von Milch und Milchprodukte.

100g Milch 🡪 5g Laktose

In Joghurt und Sauermilch ist der Milchzucker zum teil vergoren.

Käse enthält etwa die halbe Laktose Menge wie Milch.

Die Empfindlichkeit der Patienten gegenüber Milchzucker ist recht variabel, manche tolerieren über 20g, andere nur 5g Laktose oder gar keine. Ist jedoch auch in Trockenmilch enthalten sowie in vielen Fertignahrungsmittel, Tabletten, Dragees und Elementardiäten.

Eine strenge diätische Restriktion ist nur selten erforderlich, jedoch bei Patienten mit Reizdarmsyndrom oder chronischer entzündliche Darmerkrankung ratsam.

Habe nun in X Fachbüchern nach einem Heilmittel gesucht und auch in den Unterlagen von Generationen nichts gefunden. Womit ich sagen kann wen jemand Behauptet man kann alles heilen ist es hiermit wiederlegt das dies nicht geht.



