

von

**Dr. Christian Eglseer**



## **Unverträglichkeit von Milchzucker Teil 1**

Milchzucker (Lactose) ist ein Zweifachzucker (Disaccharid bestehend aus Galactose und Glucose) der sowohl in der Muttermilch als auch in der Kuhmilch vorkommt. Üblicherweise kann dieser von Neugeborenen und Säuglingen im Verdauungstrakt in seine beiden Bestandteile aufgespalten werden, die vom Organismus problemlos in das Blut aufgenommen werden.

Wäre dies nicht der Fall, würde der Milchzucker im Dickdarm übergeführt werden in Milchsäure und in die Gase Methan und Wasserstoff. Die Gase führen zu Blähungen und die Milchsäure über Anziehung von Wasser aus der Darmwand zu flüssig-breiigen Stühlen, also zum Durchfall.

Die Umwandlung von Lactose in die Bestandteile Galactose und Glucose erfolgt durch das Enzym Lactase.

In sehr seltenen vererbten Fällen fehlt dem Säugling dieses Enzym. Wegen schmerzhafter Blähungen (weinerliches Kind) und den Durchfällen wird die Diagnose wenige Tage nach Beginn des Stillens gestellt.

Üblicherweise nimmt nach dem Abstillen die Fähigkeit, Milchzucker abzubauen, ab. In Regionen, in denen schon seit zig Generationen Milchwirtschaft betrieben wird, ist diese Rate gering. Weltweit sind etwa 3/4 der Bevölkerung davon betroffen. Die Verteilung ist sehr unterschiedlich. So sind in Afrika und SO-Asien über 90 Prozent der Leute betroffen. In Europa, je nach Region, nur 5 bis 15 Prozent. Auch gibt es dabei Unterschiede, wie stark das Enzym Lactase reduziert ist.



**Dr. Christian Eglseer**

**Facharzt für Innere Medizin**

Amstetten, Wagmeisterstraße 46

Tel. 07472/67264

Hotline: Tel. 0664/3404505

[www.dr-eglseer.at](http://www.dr-eglseer.at)

Anzeige