

## **Laktoseintoleranz-Test (Laktose-H2-Atemtest)**

Der **Laktose-Intoleranz-Test** prüft, ob der Darm Milchzucker (Laktose) verwerten kann.

Laktose - ein Zweifachzucker (Disaccharid) - gelangt mit der Nahrung in den Dünndarm. Im Dünndarm wird die Laktose im Normalfall von einem Enzym namens Laktase in seine zwei Bestandteile Glukose (Traubenzucker) und Galaktose (Einfachzucker) zerlegt.

Diese werden vom Körper aufgenommen und erhöhen den Zuckerspiegel des Blutes. Kann der Körper die Laktose nicht verwerten, fehlt der Blutzuckeranstieg.

Bei einem Laktose-Toleranz-Test wird die in den Körper aufgenommene Glukosemenge anhand des Blutzuckerspiegels nach 30, 60, 90 und 120 Minuten bestimmt.

Liegt ein Mangel an Laktase vor, steigt der Blutzuckerspiegel nicht oder nur gering an. Häufig treten zusätzlich Beschwerden wie Blähungen, Krämpfe oder Durchfall auf. In diesen Fällen liegt eine Lactosemalabsorption vor.

### **Ihr Nutzen**

Der Lactose-Intoleranz-Test ist ein diagnostischen Verfahren zum **Nachweis** einer **Laktoseverwertungsstörung (Laktosemalabsorption)**.

Gerne beraten wir Sie im Anschluss, wie Sie Ihre **Beschwerden zeitnah minimieren** können.