

Intolerance laktózy je jednou z nejčasnějších forem potravinové nesnášenlivosti a často bývá zaměňována s alergií na kravské mléko

Intolerance laktózy je důsledkem snížené schopnosti zpracovávat laktózu, hlavní sacharid mléka savců. Fermentace nestrávené laktózy může vést ke gastrointestinálním symptomům připomínajícím projevy alergie na bílkovinu kravského mléka.

	Alergie na bílkovinu kravského mléka	Intolerance laktózy (primárního nebo dospělého typu)	
	Imunologicky podmíněná reakce		Nedostatečnost střevních enzymů
	Dosahuje vrcholu během prvního roku života		Nástup symptomů: 5–6 rok života
Obvykle odeznívá v průběhu dětství (ve věku 2–5 roků)			Nezvratná
Bílkoviny kravského mléka	DOTČENÉ POTRAVINY		Laktóza
Angioedém rtů, jazyka a patra; svědění dutiny ústní, nevolnost, bolesti břicha, zvracení, průjem, krev a/nebo hlen ve stolici	GASTROINTESTINÁLNÍ SYMPTOMY	Bolesti břicha, nevolnost, nadýmání, plynatost, průjmy	
	Kůže (kopřivka, angioedém); dýchací systém (od svědění v nose až po dušnost); jiné (známky anafylaxe); atopický ekzém		Bolesti hlavy, závratě, poruchy paměti, letargie
Potravinové expoziční testy	DIAGNOSTICKÝ TEST	Laktózový dechový test	
Dieta bez bílkovin kravského mléka	NUTRIČNÍ OPATŘENÍ	Bezlaktózová dieta	

Kdy omezovat laktózu

Vrozená deficeience laktázy Úplné vyloučení laktózy		Primární intolerance laktózy Bezlaktózová dieta		Sekundární intolerance laktózy Bezlaktózová dieta (dočasně)		Alergie na bílkovinu kravského mléka Bez omezení (s výjimkou silné enteropatie)	
---	--	---	--	---	--	---	--

Zbytečné vyřazení laktózy ze stravy dítěte má negativní vliv na vývoj zdravé střevní mikrobioty.

Lepší povědomí o rozdílech mezi intolerancí laktózy a alergií na bílkovinu kravského mléka může omezit počet omylů při diagnostikování a léčbě těchto obtíží.

Intolerance laktózy

Annals of
Nutrition & Metabolism

Annals of Nutrition & Metabolism
Vol. 73, Suppl. 4, 30–37, 2018

NNI Nestlé
Nutrition
Institute

Annales Nestlé
Vol. 76, No. 3, 2018

