

# Inhaltsverzeichnis

WAS IST LAKTOSE? .....	5
WIE KOMMT ES ZU LAKTOSEINTOLERANZ? .....	6
HÄUFIGKEIT UND VERTEILUNG DER LAKTOSEINTOLERANZ .....	7
WELCHE ARTEN DER LAKTOSEINTOLERANZ GIBT ES? ..	11
KLINIK DER LAKTOSEINTOLERANZ.....	14
DIAGNOSTIK DER LAKTOSEINTOLERANZ .....	17
<i>Bei welchen Symptomen soll an eine     Laktoseintoleranz gedacht werden?.....</i>	17
<i>Der Selbsttest .....</i>	19
<i>Laktosetoleranztest (LTT) mit Blutzuckerbestimmung     .....</i>	21
<i>Der H<sub>2</sub>-Laktosetoleranz-Atemtest .....</i>	22
<i>Der <sup>13</sup>C-Laktosetoleranz-Atemtest .....</i>	39
<i>Der "Gen-Test" .....</i>	40
WELCHE FORMEN DER MILCHUNVERTRÄGLICHKEIT GIBT ES SONST NOCH? .....	42
<i>Milchallergien.....</i>	42
<i>Reaktionen auf Exorphine.....</i>	42
<i>Unverträglichkeitsreaktion durch Mikroorganismen     in der Milch.....</i>	43
LAKTOSEINTOLERANZ-ASSOZIIERTE KRANKHEITEN.....	46
<i>Fruktosemalabsorption .....</i>	46
<i>Osteoporose .....</i>	47
<i>Small intestinal bacterial overgrowth syndrome     (SIBOS):.....</i>	48
<i>Histaminintoleranz.....</i>	50
<i>Nahrungsmittelallergien .....</i>	52
<i>Andere assoziierte Krankheiten .....</i>	52
THERAPIE DER LAKTOSEINTOLERANZ.....	52
<i>Diätetische Therapie .....</i>	53
<i>Enzymersatztherapie .....</i>	62
<i>Antibiotische Therapie .....</i>	63
<i>Probiotische Therapie.....</i>	64
<i>Therapie der "Funktionellen Laktoseintoleranz" ....</i>	65
<i>Andere Therapieformen .....</i>	67
FAQS: HÄUFIGE FRAGEN .....	67