

Die Laktose-Intoleranz



Weit verbreitet und doch kaum bekannt: Rund 15 % aller Erwachsenen leiden unter Verdauungsstörungen und anderen unklaren Gesundheitsbeschwerden, die durch den Konsum von Milchzucker (Laktose) hervorgerufen werden: Durchfall, Blähungen, Übelkeit nach dem Essen, Schwindelgefühl und Bauchkrämpfe können nach dem Verzehr vermeintlich unbedenklicher Speisen überraschend auftreten, ohne dass es dafür eine Erklärung zu geben scheint.

Mysteriöse Beschwerden durch Milchzucker

Häufiger Grund dafür ist eine Unverträglichkeit des Kohlenhydrats Milchzucker (Laktose), die auch als Milchzucker-Unverträglichkeit bezeichnet wird. Obwohl dieser weit verbreitete Enzymdefekt mittlerweile mit geringem Aufwand diagnostiziert werden kann, weiß nur ein kleiner Teil der Betroffenen, was genau für ihre Beschwerden verantwortlich ist. Dadurch leiden viele Menschen unter scheinbar mysteriösen Gesundheitsstörungen, die sie bei entsprechender Aufklärung leicht vermeiden könnten.

Eine Arztodyssee kann die Folge sein

Wer wegen seiner Beschwerden einen Arzt aufsucht, erlebt oft eine herbe Enttäuschung. Statt einer zügigen Diagnose werden meist überflüssige, kostenintensive und zudem belastende Untersuchungen angeordnet, an deren Ende nicht selten die Fehldiagnose "Psychosomatische Störung" steht.

Wird eines Tages die richtige Diagnose gestellt, so steht man als Betroffene(r) vor einem Berg offener Fragen. Ein kurzes Arztgespräch reicht zur Klärung in der Regel nicht aus, ebensowenig der bloße Verzicht auf Milchprodukte.

Die genannten Symptome stellen übrigens nur die Spitze des Eisbergs dar: Zahlreiche weitere Krankheitszeichen können auf eine Laktose-Intoleranz hindeuten. Außer der Verdauung ist auch das allgemeine Wohlbefinden oft beeinträchtigt: Man fühlt sich krank, unwohl, nicht in Form...

[weiter \(Seite 2 von 8\)](#)

[Laktose-Intoleranz - Milchzucker in Lebensmitteln](#) » [Laktose-Intoleranz: Was ist das überhaupt?](#) » [Milchzucker: 12 Mio. Betroffene bundesweit](#) » [Oft vergehen Jahre bis zur richtigen Diagnose](#) » [Vorsicht vor einer Calcium-Unterversorgung](#) » [Erfolgreiche Therapie der Laktose-Intoleranz](#) » [Diagnose und Therapie der Laktose-Intoleranz](#) » [Fragen zum Krankheitsbild Laktose-Intoleranz](#) »

[alle Meldungen](#) | [RSS-Feed](#) | [News-Suche](#)

Aktuelle Meldungen zur Laktose-Intoleranz



MinusL: Werbung mit Konstantin Wecker

MinusL wirbt mit Musikgröße – Konstantin Wecker wer kennt ihn nicht? Als Liedermacher aus Bayern ist er deutschlandweit bekannt. Seine politisch motivierten Songs ... [weiterlesen](#)



Unangenehmes Thema: Blähungen

Blähungen: Woher kommen die lästigen Winde? – Kennen Sie das: Sie essen einen herzhaften Kohleintopf und haben im Anschluss mit unangenehmen Blähungen zu kämpfen? O ... [weiterlesen](#)



Diagnose Laktose-Intoleranz

Wie kann Ihnen geholfen werden? – Etwa jeder sechste Deutsche hat sie: eine Milchzucker-Unverträglichkeit. Betroffene leiden unter starken Bauchschmerzen, Übelkeit, ... [weiterlesen](#)



Laktose-Intoleranz: Auch Ötzi war betroffen

Gletscherleiche Ötzi litt unter einer Milchzucker-Unverträglichkeit – Die bekannte Eiszeit-Mumie Ötzi gibt ihre Geheimnisse preis: Forscher konnten Teile des Erbgut ... [weiterlesen](#)



Was ist eigentlich eine Laktose-Intoleranz?

Viele Deutsche leiden unter einer Milchzucker-Unverträglichkeit – Die Milchzucker-Unverträglichkeit ist weit verbreitet etwa 15 Prozent aller Deutschen haben dami ... [weiterlesen](#)

[Weitere aktuelle Meldungen finden Sie in unserem Newsarchiv.](#)

Mehr Informationen unter: <http://www.laktonova.de>

Gefunden unter: <http://www.laktonova.de/deutsch/informationen/laktose-intoleranz/index.html>

Weiterführende Informationen zur Laktose-Intoleranz
(Milchzucker-Unverträglichkeit), Archiv 1:

1. [Der Wasserstoffgehalt in der Atemluft](#)
2. [Das Ausland ist schon weiter](#)
3. [Wurstwaren und Formfleisch](#)
4. [Laktose-Gehalt zahlreicher Nahrungsmittel](#)
5. [Laktose: Preiswerte Alternative](#)
6. [In Sachen Laktose-Intoleranz](#)
7. [Die umfangreiche Symptomatik](#)
8. [Ein Beispiel aus der Praxis](#)
9. [Lebensqualität stark beeinträchtigt](#)
10. [Unter Gesundheitsstörungen leidende Bevölkerung](#)