

Tytuł: Czy pamiętamy, jak ważna jest laktoza w diecie niemowląt i małych dzieci? / Do we remember how important is lactose in the diet of infants and young children?

Słowa kluczowe: DIETA ELIMINACYJNA HIPOLAKTAZJA LAKTOZA NIETOLERANCJA LAKTOZY

Keywords: LACTOSE ELIMINATION DIET HYPOLACTASIA LACTOSE INTOLERANCE

Autorzy:

Mieczysława Czerwionka-Szaflarska - <p>Konsultant krajowy w dziedzinie gastroenterologii dziecięcej, Klinika Pediatrii, Alergologii i Gastroenterologii Szpitala Uniwersyteckiego nr 1 w Bydgoszczy</p>

Martyna Rekowska - Katedra Żywienia i Dietetyki, Collegium Medicum im. L. Rydygiera, Bydgoszcz
Zespół Żywniowy, Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dra A. Jurasza, Bydgoszcz

Streszczenie:

Laktoza w mleku kobiecym stanowi około 98% ogólnej zawartości węglowodanów, co odzwierciedla jej istotną rolę biologiczną. Hipolaktazja uznawana jest za najczęstszy niedobór enzymatyczny u ludzi, jednak objawy nietolerancji laktozy obserwowane są znacznie rzadziej. Stosowanie długotrwałej, ścisłej diety bezlaktozowej u osób z hipolaktazją może prowadzić do niekorzystnych skutków zdrowotnych. W pracy przedstawiono znaczenie laktozy w diecie, rodzaje hipolaktazji oraz metody diagnostyki i leczenia nietolerancji laktozy, a także możliwe niekorzystne skutki zdrowotne długotrwałej eliminacyjnej diety bezlaktozowej.

Abstract:

Lactose in breast milk accounts for about 98% of the total carbohydrate content, which reflects its important biological role. Hypolactasia is considered to be the most frequent enzyme deficiency in humans, however, symptoms of lactose intolerance are observed much less frequently. The use of a longterm, strict lactose-free diet in patients with hypolactasia may lead to adverse health effects. The paper presents the importance of lactose in the diet, types of hypolactasia and methods of diagnosis and treatment of lactose intolerance, as well as possible adverse health effects of a long-term elimination lactose-free diet.