

BIANALISI

INTOLLERANZA

al LATTOSIO



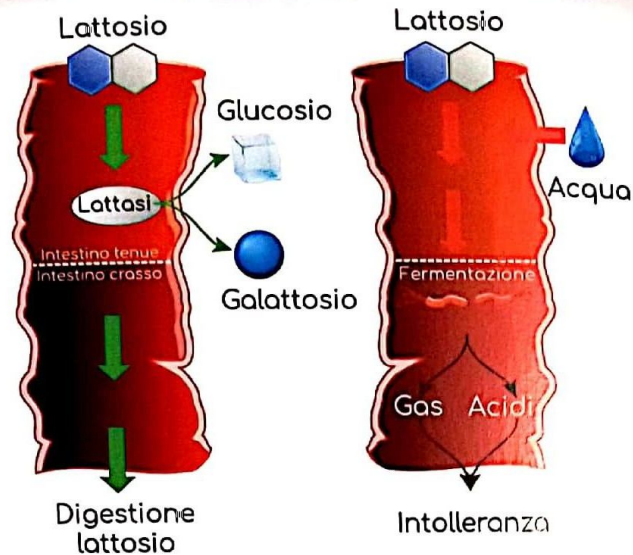
*Breath test per
l'intolleranza
al lattosio*

CHE COS'È

L'intolleranza al Lattosio è l'incapacità presente in alcuni individui di digerire lo zucchero del latte, il Lattosio.

Tale intolleranza può causare sintomi gastrointestinali quali **flatulenza, meteorismo, crampi, diarrea e distensione dell'addome**. Tutte queste manifestazioni sono dovute sia all'azione osmotica esercitata dal lattosio, sia all'attività dei batteri del colon, che fermentano il lattosio non digerito provocando la **produzione di gas** (idrogeno, metano, ecc.) e di altre sostanze.

Ciò è provocato da una carenza dell'enzima deputato alla sua idrolisi, la lattasi, che scompone il Lattosio nei due composti più semplici, Glucosio e Galattosio.



COME FUNZIONA IL BREATH TEST INTOLLERANZA AL LATTOSIO

Questo test assolutamente **non invasivo** consiste nella raccolta di campioni di aria espirata su cui viene misurata la quantità di idrogeno. In caso di **malassorbimento del lattosio**, esso viene fermentato dalla flora del colon con **produzione di idrogeno** che risulterà quindi a **concentrazione più alta nell'aria espirata dal soggetto**; ciò ovviamente non avverrà se il soggetto in studio digerisce normalmente il lattosio.

CHI NE SOFFRE

Di fatto tutti i neonati ed i bambini piccoli possiedono l'enzima **lattasi** che scinde il Lattosio in Glucosio e Galattosio, che possono poi essere assorbiti nel flusso ematico. Solo in rarissimi casi la lattasi intestinale è congenitamente scarsa, non permettendo la digestione del lattosio. Più frequentemente, nel corso dei primi anni di vita, un deficit si verifica invece come conseguenza di una qualche causa patologica che interessi l'intestino come, ad esempio, una infezione batterica o virale, una allergia alimentare, una infestazione di tipo parassitario, una grave malnutrizione proteico-calorica.

In questi casi il lattosio ingerito non riesce ad essere digerito dalle cellule intestinali danneggiate e rimane nel lume del tenue e del colon, dove esercita un'azione osmotica che, provocando un richiamo di liquidi, perpetua la diarrea.

CAPACITÀ DIGESTIVA

La normale capacità digestiva lattasica si ricostituisce abbastanza rapidamente a causa della rapidità del ricambio delle cellule intestinali per cui un breve periodo di sospensione nella introduzione di lattosio con la dieta permette la scomparsa dei sintomi.



PREPARAZIONE ALL'ESAME

- È necessario essere a digiuno, non aver fumato da almeno 6 ore, non essersi sottoposto a sforzi fisici eccessivi.
- Occorre sospendere per 3 settimane inibitori di pompa protonica.
- Tre settimane prima della data fissata per l'esame il paziente non deve avere una diarrea importante in corso e non deve assumere: antibiotici, fermenti lattici, lassativi
- Il giorno precedente l'esame il paziente deve alimentarsi esclusivamente con:
Colazione: un bicchiere di tè
Pranzo e Cena: un piatto di riso bollito e condito con poco olio; una bistecca o pesce ai ferri o bolliti
- Il giorno dell'esame il paziente deve essere a digiuno da almeno 8 ore, non deve fumare, **deve usare dentifricio e cottonificio**.
- La durata del test è di 4 ore

ALIMENTI PROIBITI

Alimenti dei quali è assolutamente proibita l'assunzione nelle ore precedenti il test di intolleranza al lattosio:

Il latte ed i latticini di origine animale sono ovviamente proibiti. Il lattosio, però, è spesso usato come additivo di altri prodotti. Le persone con bassa tolleranza al lattosio dovrebbero conoscere quali prodotti lo contengano, sia pure in modesta quantità:

- panini al latte e prodotti di forno, biscotti, pizze dolci, crostate, plumcake, dolcetti, merendine;
- cereali per la prima colazione;
- cioccolato, nutella, gelati, creme, budini;
- purea di patate istantaneo, alimenti e bevande dietetiche, condimenti per insalate;
- salumi ed insaccati ad eccezione di prosciutto crudo, coppa, culatello, bresaola, carne secca;
- molti prodotti, non a base di latte fresco, (p.es. "creamer" per caffè, guarnizioni tipo "panna montata") possono contenere derivati dal latte e perciò lattosio;
- prodotti come siero (di latte), caglio, ricotta, latte in polvere delipidato, latte evaporato, latte condensato sono ovviamente portatori di lattosio;
- il lattosio è usato come base per più del 20% dei farmaci prescrittibili e per circa il 6% dei prodotti farmaceutici da banco. Questi prodotti, data l'esigua quantità di lattosio presente, possono disturbare solo i soggetti con marcata intolleranza al lattosio.

