

## Važne informacije za pacijente o intoleranciji na laktozu

### **Šta je laktoza?**

Laktoza (mlečni šećer) je dvostruki šećer koji se prirodno nalazi u mlečnim proizvodima. U industriji se laktoza takođe dodaje mnogim obrađenim namirnicama (npr. gotovim jelima, slatkišima, pekarskim proizvodima).

Da bi telo moglo da iskoristi laktozu, ona mora da se razgradi enzimom laktazom u tankom crevu.

### **Šta je intolerancija na laktozu?**

Ako enzim laktaza nije dovoljno prisutan u tankom crevu, laktoza stiže u donje delove creva (debelo crevo) u nerazgrađenom obliku. Tamo crevne bakterije razgrađuju laktozu i usled toga nastaju gasovi i kiseline. To dovodi do tipičnih simptoma kao što su nadimanje, bol u stomaku, dijareja ili zatvor.

Intolerancija na laktozu je najčešća intolerancija na hranu širom sveta i nije opasna po život. Dijagnoza intolerancije na laktozu se postavlja putem izdisajnog testa na vodonik.

### **Intolerancija na laktozu - kako dalje?**

Lečenje intolerancije na laktozu se sastoji od promene vaše ishrane na ishranu sa smanjenom količinom laktoze. Da bi se ova terapija sproveda u skladu sa aktuelnim naučnim preporukama, preporučuje se konsultacija o ishrani.

**Zakazivanje termin** za konsultacije o ishrani moguće je onlajn na adresi [www.allergiezentrum.at/termin](http://www.allergiezentrum.at/termin) ili putem telefona na broj 01/982 41 21.

### **Troškovi po jednom testu (laktoza, fruktoza, sorbit ili glukoza)**

€ 87,- uklj. 10% PDV (cene važe do 31.12.2025). Skrećemo vam pažnju da se tražene dodatne usluge ne mogu refundirati kod zdravstvenog osiguranja i da ih morate platiti u potpunosti. Ako ne dođete na zakazani termin odn. ako ne dođete praznog stomaka ili dođete nespremni na neki drugi način, pa zbog toga testiranje više nije moguće, test će vam i pored toga biti naplaćen.