

MUDr. Tomáš Kužma:

„Pozor intolerancia laktózy, alergia na mlieko nie je to isté!“



(md) - Intolerancia laktózy a alergia na bielkovinu kravského mlieka sa v klinickej praxi často zamieňajú. Niekedy môžu mať dokonca aj podobný klinický obraz, ale ich príčina, diagnostika a liečba sa navzájom odlišujú. Preto sme oslovili Dr. Tomáša Kužmu, ktorý nám tieto ľahko zameniteľné diagnózy bližšie predstavil.

❖ Aký je rozdiel medzi intoleranciou laktózy a alergiou na kravské mlieko?

Obe patria medzi netoxické a nežiaduce reakcie na potraviny. To majú spoločné. Môžu byť spôsobené imunitnými a neimunitnými mechanizmami. Príkladom imunitnej reakcie na mlieko je práve alergia. Naopak, intolerancia laktózy je enzymatická porucha trávenia, ktorá nevzniká následkom imunologických reakcií.

❖ Ako sa môže v praxi prejavovať intolerancia laktózy?

Ako som spomínal, ide o enzymatickú poruchu, pri ktorej chýba alebo nefunguje enzým laktáza. Ten štiepi mliečny cukor laktózu na dva jednoduché cukry – glukózu a galaktózu. Neštiepená laktóza sa do organizmu nevstrebáva a presúva sa do vzdialenejších častí čreva. Výsledkom nedostatočného trávenia laktózy sú rôzne gastrointestinálne ťažkosti ako hnačka, ko-

likovité bolesti brucha, meteorizmus, distenzia čriev a prelievanie črevného obsahu. Hnačky charakteristicky kyslo zápachajú, stolica má nízke pH, sprevádzajú ich koliky. Časť pacientov nemá hnačky a v klinickom obraze dominujú len bolesti brucha, ktoré väčšinou rodičia nedávajú do súvislosti s konzumáciou mlieka. U dojčiat, keďže jedinou potravou je mlieko, klinickým príznakom intolerancie laktózy je okrem už uvedených príznakov aj celkové neprospievanie. Klinické symptómy sa môžu objaviť u niektorých detí do tridsiatich minút po požití mlieka, u iných až do dvanástich hodín.

❖ Spomínali ste deficit laktázy. Aké sú jeho príčiny?

Existuje ich hneď niekoľko. Vrodený deficit laktázy rozoznáva dva typy. Prvý typ je autosomálne recesívne ochorenie s úplným deficitom laktázy v tenkom čreve. Druhý typ je charakterizovaný adekvátnou produkciou enzýmu, ktorý je

však nefunkčný. Klinické prejavy sú u oboch typov rovnaké a dostavia sa ihneď po narodení, po prvom požití mlieka. Pacienti s vrodeným deficitom laktózy musia byť celý život na bezlaktózovej diéte. Intolerancia laktózy u nedonosených novorodencov vyplýva z nezrelosti tráviaceho systému. Adultný deficit laktázy je najčastejší typ, ktorý postihuje asi každého šiesteho dospelého a dieťa po treťom roku života, keď nastáva geneticky podmienená redukcia aktivity enzýmu. Táto geneticky predisponovaná schopnosť zachovať si aktivitu laktázy je značne závislá aj od zemepisnej šírky. Získaný deficit laktázy je známou komplikáciou mnohých infekčných hnačkových ochorení, vzniká aj po poškodení črevnej sliznice liekmi, respektíve pri niektorých chronických ochoreniach ako napríklad celiakia.

❖ Existuje spoľahlivý test na vyšetrenie laktózovej intolerancie?

Jednou z možností je Laktózový tolerančný test slúžiaci na zisťovanie tolerancie organizmu na laktózu. My však odporúčame H₂ dychový test, ktorý aj realizujeme na našich odborných ambulanciách. Je to výdychový laktózo-tolerančný test so stanovením vodíka vo vydychovanom vzduchu. Patrí k najvýhodnejším neinvazívnym metodikám, ktoré nezatažujú pacienta. Princíp testu spočíva v podaní roztoku laktózy. Pred podaním laktózy a potom sa v tridsať minútových intervaloch stanovuje koncentrácia vodíka vo vydychovanom vzduchu. Toto prelomové a neinvazívne vyšetrenie bohužiaľ nie je hrazené zo zdravotného poistenia. Na vý-

ber je aj biopsia histochemickým určením aktivity enzýmu a molekulárne genetické vyšetrenie polymorfizmov.

❖ Od intolerancie laktózy však treba odlišiť alergiu na mlieko. Ako?

Alergia na bielkovinu kravského mlieka je definovaná ako hypersenzitivita, teda precitlivenosť na bielkovinu kravského mlieka. Predstavuje najčastejšiu formu potravinovej alergie v detskom veku, no môže vzniknúť aj v dospelom veku. V 50-80 percentách sú príznakmi kožné problémy napríklad ekzém, angioedém a podobne. Príznakom môžu byť aj respiračné problémy. Zriedkavé nie je ani postihnutie viacerých systémov. Vyskytnúť sa môžu aj anafylaktické reakcie. Medzi hlavné prejavy patrí opakované vracanie, odmietanie potravy, podráždenosť, nafukovanie, bolesti brucha, porucha vstrebávania, hnačky, stolica s prímесou krvi, celkové neprospievanie. Práve intolerancia laktózy môže mať u dojčiat podobné prejavy ako alergia. Základom diagnózy alergie na bielkovinu kravského mlieka je anamnéza s podrobným popisom symptómov, doplnená o laboratórne testy a dvojito zaslepený, placebom kontrolovaný záťažový test, ktorému predchádza prísna bezmliečna eliminačná diéta.

MUDr. Tomáš Kužma
ambulancia Klinickej imunológie a alergológie AdLa, s. r. o.,
Prešov

e-mail:
adla.tomaskuzma@gmail.com

Tel.:
051/777 52 17

