

Laktose belastning

Laktose (mælkesukker) findes i alle mejeriprodukter i større eller mindre grad, og er derfor en normal bestanddel af vores daglige føde. I tyndtarmen spaltes laktose ved hjælp af enzymet laktase, så der kan ske en optagelse af mælkesukkeret i tyndtarmen.

Sker der ikke en optagelse i tyndtarmen fortsætter laktosen videre ud i tyktarmen, hvor den kan være skyld i dannelse af luft og diarré.

Ved en laktose belastning får du undersøgt, om du kan optage laktose i tarmen. Det foregår ved, at du i løbet af ca. 1 time får målt blodsukkeret flere gange, efter at du har drukket en bestemt mængde laktoseholdig drik.

Det er en sygeplejerske som laver undersøgelsen.

Forberedelse

- 3 døgn inden undersøgelsen skal du undgå mælkeprodukter, i større mængder (det er ok med fx smør på brødet og lidt mælk i kaffen)
- Du skal faste i 8 timer før undersøgelsen; dvs. at du ikke må spise, ryge, bruge nikotintyggegummi og drikke andet end postevand
- Du skal undgå fysisk aktivitet (fx at cykle eller løbe) et par timer før undersøgelsen
- Vanlig medicin må du tage som du plejer
- Du må ikke have haft diarré (maveinfektion) i de sidste 2 uger op til undersøgelsen
- Tag evt. læsestof eller andet med, da du kommer til at sidde og vente en del af tiden

Hvor lang tid varer undersøgelsen?

Undersøgelsen varer ca. 1 time.

Undersøgelsen

- Først måler vi dit blodsukker i øreflippen eller i en finger
- Du skal drikke 4 dl laktoseholdig (sukkerholdig) drik. Du må gerne skylle efter med 1 dl vand. Det skal du gøre i løbet af 5 min.
- Derefter måler vi dit blodsukker i øreflippen eller i en finger
- Det gør vi efter: 15, 30, 45 og 60 minutter
- Vi registrerer måle-værdierne på et skema
- Undervejs i undersøgelsen skal du selv registrere symptomer som fx luft i maven, mavekneb/smerter og diarré på det samme skema. Skemaet vil ligge hos dig
- Du må hverken drikke, spise, sove, ryge eller være fysisk aktiv i den tid, undersøgelsen varer

Efter undersøgelsen

Du kan være lidt mat efter undersøgelsen, og du får tilbudt lidt at spise og drikke, som du trænger til. Du bliver herefter hurtigt frisk igen.

Svar på undersøgelsen og videre plan

Når speciallægen har set på resultatet af undersøgelsen, bliver du kontaktet af enten vores speciallæge i medicinske sygdomme eller sygeplejersken angående resultat og evt. videre plan.

ZZ2004A