

BREATH TEST al LATTOSIO



via Alessandro Volta, 37 00153 Roma
tel. 06.57.28.85.63 fax 06.57.56.595
info@salusanalisi.it
www.salusanalisi.com

cos'è il lattosio

Il lattosio è un disaccaride formato da due zuccheri: glucosio e galattosio. È il principale carboidrato contenuto nel latte dei mammiferi. Nel latte umano è presente nella misura del 7%. La corretta digestione del lattosio dipende dalla presenza nell'intestino dell'enzima *lattasi*, che lo scinde nei due carboidrati facilmente digeribili di cui è composto: glucosio e galattosio. Oltre che nel latte, il lattosio è presente anche in tutti i suoi derivati: latticini, formaggi, creme, panna, gelati, ecc.

intolleranza al lattosio

È noto che il 70% della popolazione adulta risulta intollerante al lattosio. Si definisce intolleranza al lattosio, o più correttamente, maldigestione di lattosio, una condizione caratterizzata da disturbi gastroenterici che insorgono dopo l'ingestione di alimenti contenenti questo zucchero, generata dalla mancata produzione da parte delle cellule intestinali del duodeno dell'enzima lattasi deputato alla scissione del lattosio in glucosio e galattosio che sotto questa forma possono essere assorbiti. Questa intolleranza non deve essere confusa con l'allergia al latte (cioè alle particolari proteine contenute nello stesso).

quali sono i sintomi?

La permanenza del lattosio nell'intestino ne determina l'utilizzo da parte del microbiota umano che ne provoca la fermentazione (da questo processo si ha una grande produzione di gas e acidi organici) ma il lattosio è anche una sostanza osmoticamente attiva e richiama nel colon acqua e sodio impedendo la

formazione di feci solide. L'intolleranza al lattosio si manifesta con flatulenza, meteorismo, crampi addominali, diarrea e dimagrimento. In caso di difformità intestinali i sintomi possono trarre in inganno e oltre alla flatulenza,



meteorismo e crampi addominali si possono avere diarrea e stitichezza alternati e un forte aumento delle dimensioni del ventre.

la cura per l'intolleranza al lattosio

L'unica terapia per i pazienti affetti da intolleranza al lattosio è l'esclusione dalla dieta degli alimenti contenenti lattosio per un periodo di tempo di almeno tre mesi, con la successiva verifica mediante Breath Test di controllo.

il test per la diagnosi

Il test più sicuro è il **Breath Test**, che valuta la presenza di idrogeno nell'espriato prima e dopo la somministrazione di 25g di lattosio. Sono necessari nove campioni di espriato. Il test dura quattro ore. È una tecnica estremamente valida, non invasiva ed efficace.

preparazione al Breath Test

- nelle ultime due settimane precedenti l'esame, il paziente non deve assumere farmaci a base di antibiotici, fermenti lattici e lassativi;
- il medico deve assicurarsi che il paziente non abbia in corso una diarrea importante;
- il paziente il giorno prima dell'esame deve alimentarsi esclusivamente con:
 - colazione:** caffè d'orzo, the, biscotti secchi o pane tostato;
 - pranzo:** riso o pasta condita con olio o parmigiano reggiano;
 - pomeriggio:** caffè d'orzo, the, biscotti secchi o pane tostato;
 - cena:** carne bianca, pesce, riso condito con olio.
- la mattina dell'esame bisogna rispettare il digiuno; 2 ore prima dell'esame si può bere acqua minerale non gasata.

prima di recarsi in laboratorio è consigliato effettuare dei risciacqui del cavo orale con clorexidina (tipo Tantum Verde).

È necessario non utilizzare pasta dentifricia. Se è fumatore astenersi dal fumare dalla sera precedente l'esame.

Si potrà riprendere le normali attività e l'alimentazione solo al termine dell'esame.

test genetico

Qualora alcune componenti della metodica fossero eccessivamente gravose per il paziente, e soprattutto per i pazienti pediatrici, è consigliabile utilizzare il test genetico. Tale test che è in grado di dare un risultato certo, circa il **rischio di sviluppare** l'intolleranza al lattosio, quindi si tratta di un test predittivo,

Essere consapevoli della propria predisposizione genetica a particolari patologie permette di effettuare adeguati e tempestivi cambiamenti nel proprio stile di vita e di istituire efficaci azioni di prevenzione.

Il test genetico è di facile esecuzione, non doloroso e non invasivo: prevede il semplice prelievo della saliva.

Non richiede alcuna preparazione particolare da parte del paziente nei giorni precedenti. Il referto è accompagnato da una relazione tecnica dettagliata con consigli terapeutici per la vostra alimentazione.

Tempo di esecuzione dell'esame 4 ore.

ORARIO AL PUBBLICO LUNEDI-VENERDI 7.30-19.00 / SABATO 7.30-12.30

**il Breath Test viene eseguito solo su appuntamento
tutti i giorni compreso il sabato.**