



Reclin

НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ ЛАКТОЗЫ

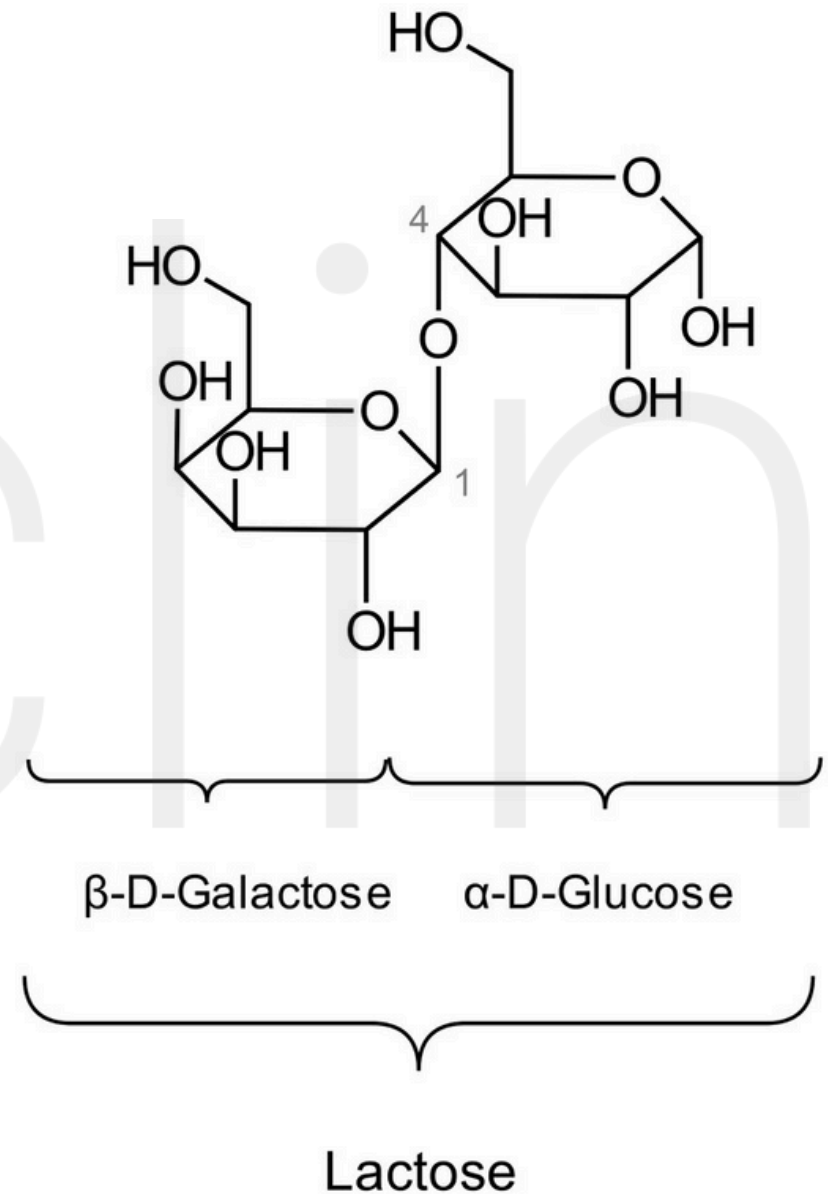


Перевод AMBOSS



ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Дефицит лактазы:** низкий уровень **лактазы** в тонком кишечнике из-за генетического варианта, приводящего к снижению выработки лактазы, или разрушение эпителием тонкого кишечника, что приводит к потере лактазы
- **Мальабсорбция лактозы:**
 - Дефицит лактазы препятствует перевариванию лактозы в тонком кишечнике, что приводит к попаданию лактозы в толстый кишечник
 - Может быть бессимптомным или вызывать желудочно-кишечные симптомы
- **Непереносимость лактозы:** желудочно-кишечные симптомы, возникающие в результате мальабсорбции лактозы



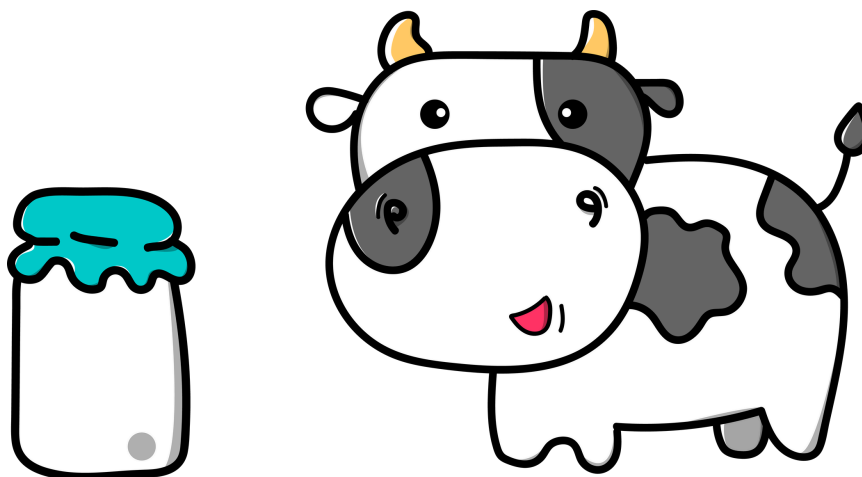


ЭТИОЛОГИЯ

- **Первичный дефицит лактазы (непостоянство лактазы)**
 - Генетический полиморфизм в гене, кодирующем лактазу, с последующей подавлением
 - Симптомы возникают после того, как активность лактазы начинает снижаться в детстве; на скорость снижения влияют генетические факторы
- **Вторичный дефицит лактазы (приобретенный)**
 - Из-за основных нарушений тонкой кишки, которые приводят к повреждению слизистой оболочки, например: аутоиммунные расстройства (например, чувствительная к глютену энтеропатия)
 - Вирусный гастроэнтерит (например, из-за ротавируса)
- **Врожденный дефицит лактазы**
 - Аутосомно-рецессивное состояние (чрезвычайно редко)
 - Клинические признаки развиваются в первые несколько дней жизни
- **Дефицит лактазы в развитии:** временный дефицит лактазы, который возникает у недоношенных детей, поскольку активность лактозы развивается на поздних сроках беременности
- Не у всех людей с дефицитом лактазы развивается непереносимость лактозы; мальабсорбция лактозы может быть бессимптомной

ПАТОФИЗИОЛОГИЯ

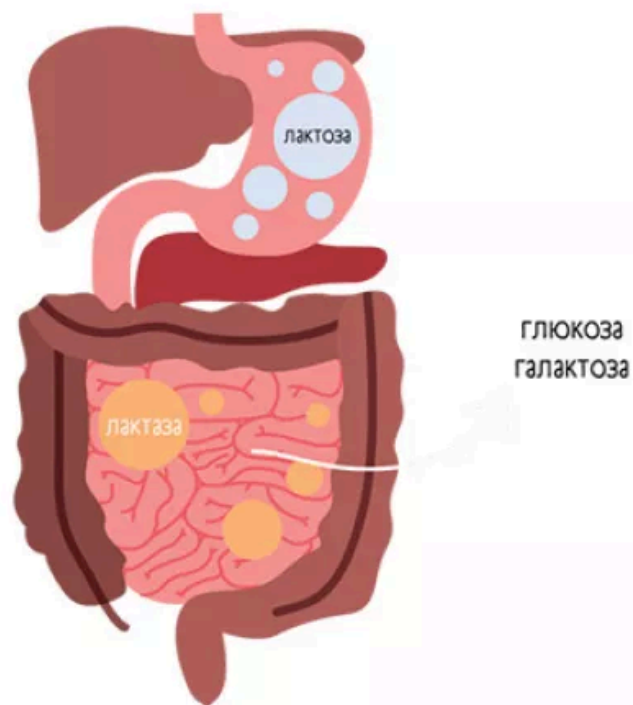
- **Лактаза** - это фермент, который расщепляет лактозу, дисахарид, на усваиваемые моносахариды (галактозу и глюкозу)
- В случае дефицита лактазы наблюдается почти **полное отсутствие переваривания лактозы, что приводит к снижению абсорбции в тонком кишечнике** (особенно в кишечной кишке)
 - Перенос осмотически активных количеств лактозы в толстую кишку приводит к осмотическому связыванию воды → **осмотическая диарея**
 - Увеличение перистальтики из-за повышенного наполнения кишечника → **боль в животе**
 - Метаболизм лактозы через физиологическую бактериальную флору толстой кишки
 - Образование короткоцепочечных жирных кислот, которые усугубляют диарею
 - Повышенное газообразование и метеоризма
 - **Дефицит лактазы является расстройством мальабсорбции**



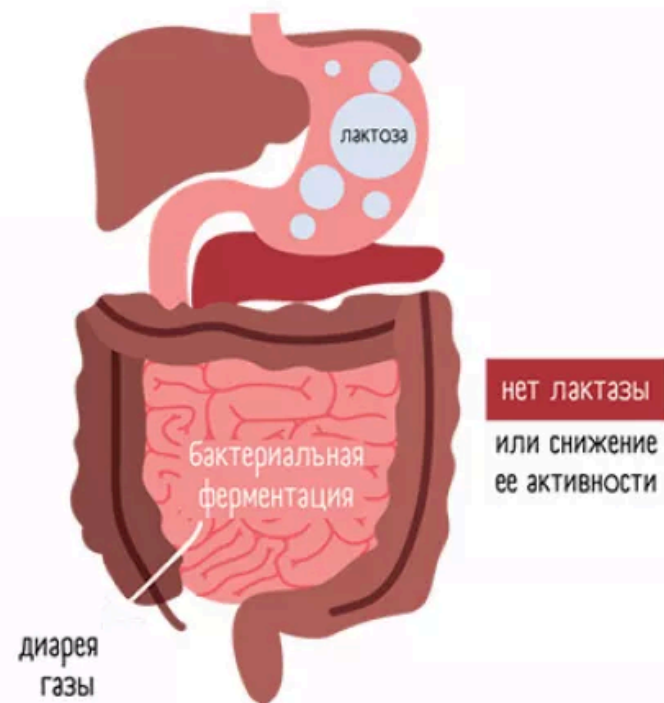
КЛИНИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

- Симптомы появляются примерно через час-несколько часов после употребления молочных продуктов; интенсивность симптомов коррелирует с количеством потребляемой лактозы
 - Диарея (часто водянистая и пенистая)
 - Спазмы в животе (часто околопупочные или в нижней части живота)
 - Вздутие живота, метеоризм
 - Тошнота
- Симптомы сильно различаются, так как у большинства пациентов есть остаточное количество лактазы

нормальное усвоение
лактозы



непереносимость
лактозы



ИССЛЕДОВАНИЯ МАЛЬАБСОРБЦИИ ЛАКТОЗЫ

- Следующие тесты выявляют мальабсорбцию лактозы; необходимо соблюдать осторожность, чтобы убедиться, что симптомы не связаны с другой причиной
- **Тест на дыхание водорода (наименее инвазивный)**
 - Быстро в течение 8-12 часов
 - Проглотить 25 г лактозы с 1 стаканом воды
 - Измеряйте уровень водорода в дыхании с заданными интервалами в течение 3 часов
 - Диагностический результат: увеличение уровня водорода в дыхании > 20 частей на миллион



ИССЛЕДОВАНИЯ МАЛЬАБСОРБЦИИ ЛАКТОЗЫ

- **Тест на толерантность к лактозу**
 - Проглатывание 50 г лактозы
 - Последовательные измерения глюкозы в сыворотке крови
 - Результат диагностики: повышение уровня глюкозы в сыворотке крови < 20 мг/дл по сравнению с предтестовыми значениями
- **Эндоскопия с биопсией тонкой кишки**
 - Первичный дефицит лактазы: нормальное строение кишечника
 - Вторичный дефицит лактазы: повреждение слизистой оболочки, например, повреждение кончиков кишечных ворсинок
 - Все пациенты: низкий уровень лактазы
- **Генетическое тестирование:** ограниченное использование в отдельных популяциях



ЛЕЧЕНИЕ

- **Уменьшить потребление лактозы**
- Используйте продукты без лактозы или с низким содержанием лактозы
- Необходимо читать этикетки продуктов питания, чтобы определить лактозу в неожиданных предметах (например, хлеб, некоторые лекарства, салатная заправка)
- При употреблении лактозы употребляйте другие твердые продукты, чтобы замедлить опорожнение желудка
- Йогурт обычно хорошо переносится из-за бактериальной лактазы в живых культурах



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. <https://next.amboss.com/us/article/bS0Hy2>

Сайт с сокращенными клиническими рекомендациями - reclin.ru

✓ 3 месяца

Пользование платформой без ограничений на 3 месяца

Более 200 сокращенных клинических рекомендаций

Дополнительные материалы (чек-листы, таблицы с лекарственными препаратами, аккредитационные тесты, схемы и алгоритмы)

999 рублей

Оплатить тариф

✓ 6 месяцев

Пользование платформой без ограничений на 6 месяца

Более 200 сокращенных клинических рекомендаций

Дополнительные материалы (чек-листы, таблицы с лекарственными препаратами, аккредитационные тесты, схемы и алгоритмы)

1499 рублей

Оплатить тариф

✓ 12 месяцев

Пользование платформой без ограничений на 12 месяцев

Более 200 сокращенных клинических рекомендаций

Дополнительные материалы (чек-листы, таблицы с лекарственными препаратами, аккредитационные тесты, схемы и алгоритмы)

2499 рублей

Оплатить тариф



Группа в ВК - <https://vk.com/reclin>



Телеграм канал - [@reclinlive](https://t.me/reclinlive)

