

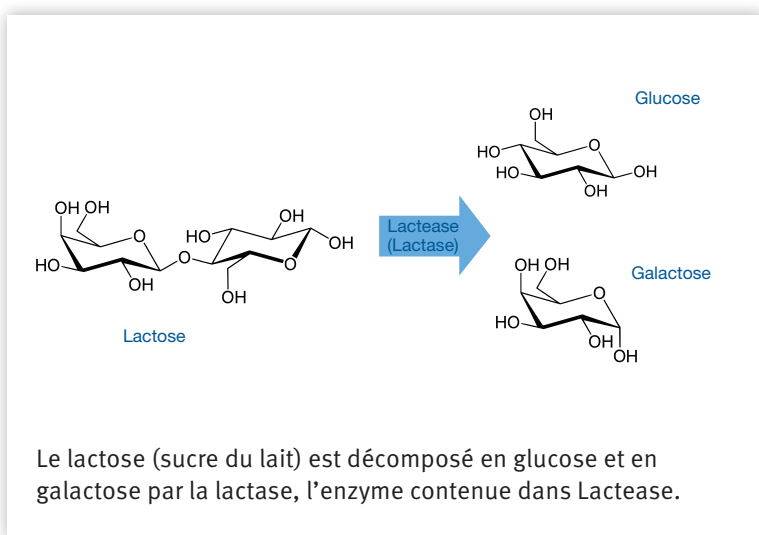
# Lactase et intolérance au lactose

Les biscuits, Grittibänz, etc. adoucissent l'hiver. Mais une personne sur cinq souffre d'intolérance au lactose. Avec des comprimés à mâcher à base de lactase, une enzyme digestive, elles pourront de nouveau profiter de la vie.

La période de Noël, c'est aussi celle des plaisirs gastronomiques: sur les marchés de Noël ou lors des repas professionnels et familiaux où la table présente quantités de bonnes choses – des délicieux biscuits aux menus plantureux. Mais tout le monde ne supporte pas ces aliments, certains se plaignent de ballonnements, diarrhée, douleurs abdominales ou nausées après les repas. Ces symptômes peuvent être le résultat d'un manque de lactase, c'est-à-dire d'une intolérance au lactose. En Suisse, environ une personne sur cinq est concernée, et ne connaît souvent pas la cause de ces maux.

## Pourquoi le lactose non digéré cause des troubles

Le lactose est un disaccharide composé de glucose et de galactose. Son enzyme de digestion qui permet la division en ces deux monosaccharides, s'appelle la «lactase». Si l'on en manque, le lactose ingéré ne peut être divisé.



Alors que les molécules des monosaccharides passent par la muqueuse de l'intestin grêle pour apporter de l'énergie dans le sang, le lactose n'y parvient pas. En cas d'intolérance au lactose, les disaccharides non divisés finissent dans le gros intestin, où de l'eau s'accumule sous l'effet osmotique du lactose. Associé à certaines bactéries intestinales, le lactose fermente, ce qui provoque des gaz à l'origine non seulement de ballonnements mais aussi de spasmes de l'intestin. Arrivent alors les douleurs abdominales et la diarrhée. L'intolérance au lactose n'est pas une allergie. Il s'agit d'une incompatibilité s'exprimant différemment selon les personnes et liée à la production de lactase par l'organisme. Autrement dit, de petites quantités de lactose telles qu'on les trouve par exemple dans les comprimés peuvent être généralement tolérées sans problème, car la plupart des personnes souffrant de cette anomalie arrivent encore facilement à éliminer 10 à 12 g de lactose par repas.



Lactease existe en deux présentations: dosage à 9000 FCC (comprimés à croquer oblongs, sécables, goût orange) et dosage à 4500 FCC (comprimés à croquer ronds, goût fraise).

## Un conseil ciblé aux clients

Si, avant Noël, un client se plaint de ballonnements, de diarrhée ou de douleurs abdominales lors d'un entretien de conseil, il ne faut pas se contenter de lui vendre un médicament contre la diarrhée. Il faut aussi vérifier qu'aucune intolérance au lactose ne soit la cause des symptômes. Si l'anamnèse permet de conclure à une intolérance au lactose ou si un client sait qu'il en est atteint, vous pouvez lui recommander Lactease (cf. illustration ci-dessus). Lactease apporte un complément de lactase, et les personnes concernées peuvent ainsi à nouveau consommer des aliments contenant du lactose. Nous vous recommandons d'attirer l'attention de vos clients sur le site Web [www.lactease.ch](http://www.lactease.ch) qui leur permettra de s'informer en détail sur l'intolérance au lactose et les dosages ([www.lactease.ch/calculateur](http://www.lactease.ch/calculateur)). S'il ressort de l'entretien qu'une étude complète des troubles est nécessaire, mieux vaut renvoyer le client vers son médecin.

Grâce à Lactease, les consommateurs peuvent consommer des produits à base de lactose en toute quiétude, surtout en période de Noël. ■

## Lactease – vue d'ensemble des avantages

- Pratique et en fonction des besoins
- Sans conservateurs, lactose, fructose, gluten et gélatine



**Contact**  
Spirig HealthCare AG  
Froschackerstrasse 6  
4622 Egerkingen  
[www.spirig-healthcare.ch](http://www.spirig-healthcare.ch)