

...stoppt Laktose, spendet Genuss!

**Liebe Verwenderin,
lieber Verwender,**

vielen Dank, dass Sie sich für LactoStop® im hochwertigen Spender entschieden haben. Von jetzt an können Sie Milch und andere laktosehaltige Produkte wieder unbeschwert genießen.

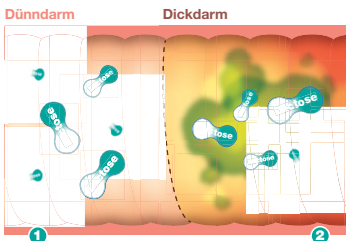
Was ist Laktose?

Laktose (Milchzucker) ist ein natürlicher Zucker, der in vielen verschiedenen Lebensmitteln vorkommt. Dazu gehören in erster Linie Milch und Milchprodukte, aber auch viele andere Lebensmittel, wie beispielsweise Fast Food, Salatdressing, Brot, Wurstwaren, Fertigsaucen und sogar manche Arzneimittel können Laktose enthalten.

**Was versteht man unter
einer Laktose-Intoleranz?**

Laktose-Intoleranz, auch Milchzuckerunverträglichkeit genannt, ist eine Nahrungsmittelunverträglichkeit, an der allein in Deutschland jeder Sechste leidet. Sie liegt vor, wenn die durch die Nahrung aufgenommene Laktose (Milchzucker) nicht oder nur teilweise verdaut werden kann.

Grund dafür ist eine verminderte oder fehlende Produktion des Enzyms Lactase, welches normalerweise im Dünndarm gebildet wird. Dieses Verdauungsenzym spaltet die Laktose während des Verdauungsprozesses in die beiden Einfachzucker Galactose und Glucose (Traubenzucker). Geschieht dies nicht, gelangt Laktose unverdaut in den Dickdarm und wird dort von Darmbakterien vergärt. Es entstehen Methan und Kohlendioxid, die nach dem Genuss von laktosehaltigen Produkten die typischen Befindlichkeitsstörungen wie Blähungen und Verdauungsbeschwerden auslösen können.



1. Laktose kann bei einer Laktose-Intoleranz im Dünndarm nicht aufgespalten werden. Das körpereigene Enzym Lactase, das die Laktose normalerweise spaltet, fehlt oder wird nicht in ausreichender Menge produziert.
2. Die ungespaltene Laktose gelangt in den Dickdarm und verursacht dort Befindlichkeitsstörungen wie z.B. Blähungen.

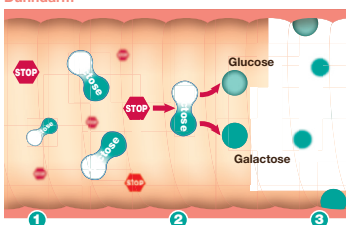
Es gibt Unterschiede bei der Laktose-Intoleranz. Das Ausmaß dieser Befindlichkeitsstörungen ist abhängig davon, ob und wie viel Lactase der Körper noch produziert und ist von Mensch zu Mensch individuell verschieden. Mit zunehmendem Alter nimmt die Lactaseproduktion bei den meisten Menschen genetisch bedingt ab.

Was ist LactoStop®?

LactoStop® ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit dem Enzym Lactase. Mit LactoStop® ist ein unbeschwerter Genuss von Milch und anderen laktosehaltigen Produkten wieder möglich – ohne bekannte Nebenwirkungen!

Wie funktioniert LactoStop®?

Die in LactoStop® enthaltene Lactase übernimmt die Funktion der fehlenden körpereigenen Lactase und spaltet die in der aufgenommenen Nahrung enthaltene Laktose in ihre verdaulichen Bestandteile Galactose und Glucose (Traubenzucker). Bei Menschen, die Probleme mit der Verdauung von Laktose haben, verbessert Lactase somit die Laktoseverdauung. Unerwünschte Nebenwirkungen sind auch bei regelmäßigem, langfristigem Verzehr nicht bekannt. LactoStop® kann auch von Kindern oder Schwangeren bedenkenlos verzehrt werden.

Dünndarm

1. Laktose (Milchzucker) gelangt in den Dünndarm.
2. Das in LactoStop® enthaltene Enzym Lactase spaltet die Laktose in Galactose und Glucose.
3. Galactose und Glucose können im Dünndarm problemlos aufgenommen werden.

Wie wird LactoStop® angewendet?

Die Anwendung von LactoStop® ist kinderleicht. Zeitgleich mit dem Genuss von Milch und anderen laktosehaltigen Produkten LactoStop® verzehren und unbeschwert genießen. Der persönliche Bedarf an zugeführter Lactase ist von Person zu Person unterschiedlich:

Er ist abhängig von der Menge der aufgenommenen Laktose und der körpereigenen Lactaseproduktion. Wir empfehlen mit LactoStop® 3.300 FCC zu beginnen und ggf. nach Bedarf zu steigern. Wenn Sie zum Beispiel einen Eisbecher mit Sahne genießen wollen, kann eine höhere Dosierung, z.B. mit LactoStop® 5.500 FCC, notwendig sein. Für Personen mit starker Laktose-Intoleranz gibt es LactoStop® 14.000 FCC besonders hochdosiert.

...stoppt Laktose, spendet Genuss!

Treten dennoch typische Befindlichkeitsstörungen nach dem Verzehr des laktosehaltigen Produktes auf, können Sie die Anzahl an Tabletten erhöhen bis keine Verdauungsbeschwerden mehr auftreten. Die angegebene empfohlene maximale Verzehrmenge auf der Umverpackung darf nicht überschritten werden.

Sie bestimmen Ihren persönlichen Bedarf an zugeführter Lactase individuell, da dieser abhängig von der körpereigenen Lactaseproduktion sowie der in Speisen und Getränken enthaltenen Menge an Laktose ist.

Laktosegehalt-Tabelle

Achtung: Auch Lebensmittel, von denen man es nicht erwartet, können Laktose enthalten. Häufig wird Laktose in der Lebensmittelindustrie im Herstellungsprozess von Produkten zugesetzt, um beispielsweise den Geschmack oder die Konsistenz des Endprodukts zu verbessern. Dies ist in der Zutatenliste beispielsweise als Milchzucker, Laktose, Milchpulver, Molke, Molkenpulver oder Molkenerzeugnis erkennbar.

Milchpulver hat einen viel höheren Laktosegehalt (38 - 51,5 g pro 100 g) im Vergleich zu Milch (4,8 g Laktose pro 100 g). Deshalb haben insbesondere Fertigprodukte oft einen hohen Laktosegehalt, der in den Nährwerttabellen nicht genau ausgewiesen wird. Beispiele für **Fertigprodukte mit Laktose** können sein:

Butterkuchen, Cheeseburger, Cookies, Cremesuppen, Desserts, Fertigpizza, Hefezopf, Kartoffelgratin, Käsekuchen, Lasagne, Latte Macchiato, Milchbrötchen, Pudding, Saucen, Schokocroissant und Schokoladenmüsli.

Die folgende Übersicht zeigt Ihnen Lebensmittel, bei denen der Laktosegehalt (enthaltene Laktose je 100 g) des Produktes ausgewiesen ist.

LactoStop® Produktübersicht



3.300 FCC
Der Klassiker
im hochwertigen
Klickspender

40 Stück PZN - 09291996
100 Stück PZN - 09292004
2x100 Stück PZN - 10941761



5.500 FCC
Der Klassiker
im Klickspender
**Mit höherer
Dosierung**

40 Stück PZN - 10130672
100 Stück PZN - 10130689



14.000 FCC
extra hochdosiert
**Im praktischen
Spender!**

40 Stück PZN - 09718259
80 Stück PZN - 09718265

Laktose in g pro 100 g des Produkts

Butter	0,6-0,7
Buttermilch	3,5-4,0
Crème fraîche	2,0-3,6
Desserts	3,3-6,9
Eiscreme	5,1-6,9
Frischkäsezubereitung	2,0-3,8
Joghurt	3,7-5,6
Kaffeesahne (10-15% Fett)	3,8-4,0
Kondensmilch (4-10% Fett)	9,3
Magerquark	4,1
Milch (1,5% oder 3,5% Fett)	4,8
Milchmixgetränke	4,4
Milchpulver	38,0-51,5
Molke	2,0-5,2
Molkenpulver	65,9
Sahne	2,8-3,6

Quelle: DGExpert: Version 1.3.0.1

Hinweis:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Personen, die von einer Laktose-Intoleranz betroffen sind, sollten sich bezüglich der Funktion von Lactase bei ihrer Ernährung beraten lassen.