

FRIHET ATT NJUTA

Med hjälp av Lactrase kan du utan bekymmer njuta av mjölkprodukter utan uppsvälldhet och magbesvär!

Ha alltid Lactrase med dig då du reser, går på restaurang och kafé.

Förpackningar: 10, 30 och 100 kapslar. 50 tuggtabletter.

Finns på apotek.

* Ramirez F C, Lee K, Graham D Y: All lactase preparations are not the same: results of a prospective, randomized, placebo-controlled trial. *Am J Gastroenterol* 89:566-70, 1994



VERKNINGSSÄTT

Lactrase innehåller ett enzym som utvunnits ur *Aspergillus oryzae*. Lactrase spjälkar mjölksocker (laktos) i mindre sockerenheter glukos och galaktos som kan upptas i tarmen. En engångsdos på 1–2 kapslar/tabletter spjälkar 15–30 g laktos. Ett stort glas mjölk innehåller exempelvis ca 10 g laktos. Engångsdosens storlek beror på laktoshalten i kosten och på den individuella laktoståligheten. Rekommenderad initialdos är 2 kapslar/tabletter. [Se tabellen för laktosinnehåll i livsmedel.](#)

DOSERING

Ta 1–2 kapslar/tabletter precis innan du börjar äta laktoshaltig mat. Kapseln kan också öppnas och dess innehåll strös direkt på maten. Låt maten kallna en aning om den är het. Om du strör innehållet i en kapsel på en glassportion, låt glassen först smälta en aning på ytan.

Du kan också preparera vanlig mjölk så att den blir laktosfattig: Tillsätt innehållet i 2 kapslar Lactrase i ca 1 liter mjölk, blanda lätt och låt stå i kylskåp i 1 dygn. Mjölken utseende förblir oförändrat men den blir sötare. Efter detta kan mjölken drickas som sådan eller användas i matlagning och bakning.

Lactrase kan användas från 3 års ålder. Kan användas av gravida och ammande kvinnor.

Marknadsförs av: Biolac AB www.biolac.se