

ภาวะ Lactose intolerance ในคนไทย

ศศิธร จันทรทิณ

คนไทยดื่มนมมากขึ้นในปัจจุบัน ในขณะที่โดยพันธุกรรมแล้วหลังจากขวบปีแรก คนไทยมีระดับเอนไซม์แล็กเตสต่ำ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอุบัติการณ์ของภาวะ lactose intolerance ในคนไทยที่ดื่มนมเป็นประจำทุกวัน โดยใช้การตรวจหาแก๊สไฮโดรเจนในลมหายใจออกหลังจากรับประทานน้ำตาลแล็กโทส 25 กรัม เพื่อบอกถึงความผิดปกติในการย่อยแล็กโทส มีอาสาสมัคร 50 คน (ชาย 15 คน และหญิง 35 คน) อายุระหว่าง 21-33 ปี ที่สุขภาพแข็งแรง ร่วมในการศึกษาครั้งนี้

จากการศึกษาสามารถแบ่งอาสาสมัครได้เป็น 3 กลุ่ม คือ lactose absorber 48.9% lactose malabsorber with intolerance 46.6% และ lactose malabsorber with tolerance 4.4% อาการท้องเสียเกิดในอาสาสมัครที่มีระดับแก๊สไฮโดรเจนเพิ่มขึ้นมากกว่า 30 ppm

สรุปได้ว่า คนไทยจำนวนมากสามารถย่อยและดูดซึมน้ำตาลแล็กโทสได้ถึงเกือบร้อยละ 50 และมีภาวะ lactose intolerance เพียงร้อยละ 46 ซึ่งต่างจากการศึกษาในอดีตที่มีภาวะ lactose intolerance 90-100% อาจเป็นผลจากการดื่มนมหรือปัจจัยอื่นที่ต้องการการศึกษาต่อไป

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

LACTOSE INTOLERANCE IN THAI ADULTS

Sasitorn Juntaratin

Many Thais increasingly consumed a lot of milk recently while genetically determined lactase nonpersistence. The breath hydrogen test was performed in healthy Thai adults who daily drank at least a cup of milk to determine lactose malabsorption and lactose intolerance. The study was conducted in 50 individuals (15 males and 35 females) aged 21-33 years. After consumption of 25 g lactose, the prevalence of lactose malabsorbers was established. The increment of >20 ppm of hydrogen gas above baseline level was used as an indicator of malabsorption. The lactose malabsorbers were further classified as lactose tolerance and lactose intolerance according to the gastrointestinal symptoms.

All subject could be classified into 3 groups as follow : 22 (48.9%) lactose absorber (LA), 21 (46.6%) lactose malabsorber with intolerance (LMI), and 2 (4.4%) lactose malabsorber with tolerance (LMT). In addition, the subjects who incrementally had more quantity of hydrogen than 30 ppm experienced diarrhea. In conclusion, many Thais were able to digest and absorb lactose which in contrary to previous study which of reported 90-100% lactose intolerance. However, explanation of these results needs further study.

ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล