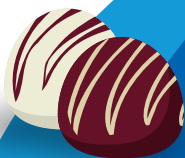


# Laktose intolerant?



# Laktose und Laktase

Laktase ist ein körpereigener Stoff, der im Dünndarm vorkommt. Er sorgt dafür, dass der Milchzucker Laktose in die gut verdaulichen Zucker Glukose und Galaktose zerteilt wird.

Laktose ist in Milch und Milchprodukten enthalten, aber auch in verschiedenen anderen Produkten wie Brot, Wurst und Süßigkeiten. Durch den Einsatz von Kerutabs® mit dem Enzym Laktase wird die Verdauung von Milchzucker (Laktose) in Milch und milchhaltige Produkte gefördert.



Postfach 60022  
1320 AA Almere  
Die Niederlande

# Kerutabs® unterstützt die Verdauung von Milchzucker (Laktose)

Kerutabs®-Tabletten eignen sich sowohl für Kinder als auch für Erwachsene mit Laktoseintoleranz. Es ist wichtig, Kerutabs®-Tabletten mit Laktase unmittelbar vor dem Verzehr von milchhaltigen Produkten einzunehmen. Oder nehmen Sie Kerutabs® während des Verzehrs von Getränken oder Nahrungsmitteln ein, die Laktose enthalten. Laktosetoleranz ist Schwankungen unterlegen. Ziehen Sie Ihren Ernährungsberater, Apotheker oder (Haus-)Arzt zu Rate, um sich über die Funktion von Laktose in Ihrer Ernährung zu informieren.

**NEUE DOSIERUNG**  
pro Tablette

**4600**  
FCC



Helpt melksuikers  
(lactose) te verteren

voedingssupplement

Pour la digestion  
des sucres du lait

complément alimentaire

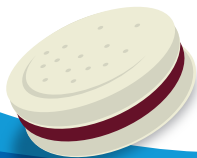
**15**  
tabletten  
comprimés

## Kerutabs®-Dosierung

Die Dosierung kann von Person zu Person unterschiedlich sein, da der Mangel an Laktase ebenfalls von Person zu Person anders sein kann. Die Dosierung kann am besten entsprechend der eigenen Erfahrung bestimmt werden.

Während beispielsweise für die eine Person 1 Kerutabs®-Tablette für den Verzehr einer Portion Softeis ausreicht, benötigt eine andere Person möglicherweise 2 Tabletten. Nehmen Sie jeweils maximal 3 Tabletten ein. Berücksichtigen Sie, dass beim Verzehr mehrerer laktosehaltiger Mahlzeiten oder Produkte jedes Mal erneut Tabletten eingenommen werden müssen. Dies ist darauf zurückzuführen, dass Laktase zersetzt wird und nur für kurze Zeit im Darm wirksam ist.

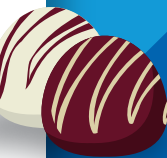
Mehr Informationen finden Sie unter [www.kerutabs.com](http://www.kerutabs.com)



In der nachstehenden Liste können Sie eingeben, wie viele Tabletten Sie für verschiedene Nahrungsmittel benötigen.\* Das ist praktisch für das nächste Mal, wenn Sie Kerutabs® einnehmen möchten.

## Tablettenmenge

- \_\_\_\_\_ Glas Milch
- \_\_\_\_\_ Glas Buttermilch
- \_\_\_\_\_ Glas Kakao
- \_\_\_\_\_ Cappuccino
- \_\_\_\_\_ Schälchen Joghurt
- \_\_\_\_\_ Schälchen Quark / Hüttenkäse
- \_\_\_\_\_ Schälchen Pudding
- \_\_\_\_\_ Portion Softeis
- \_\_\_\_\_ Milchshake
- \_\_\_\_\_ Sahnetörtchen
- \_\_\_\_\_ Tasse gebundene Suppe
- \_\_\_\_\_ Stück Obstkuchen
- \_\_\_\_\_ Fertigdessert
- \_\_\_\_\_ Porridge
- \_\_\_\_\_ Tafel Vollmilkschokolade
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



\* Fragen Sie bei Zweifel einen Experten (z. B. Ernährungsberater)