

Hei Lill,

Takk for henvendelsen din. Beklager å høre at du har laktoseintoleranse og at du har blitt verre med årene. Her på Opplysningskontoret for Meieriprodukter har vi god kompetanse på helse og ernæring, men dessverre ikke så inngående kjennskap til produksjonen av de laktosefrie produktene til TINE eller merkereglene som dine spørsmål krever. Derfor har jeg satt en ernæringsfysiolog hos TINE på kopi i denne mailen, med et håp om at hun enten kan svare deg eller videreformidle spørsmålet ditt til rette person hos dem.

For meg høres det litt rart ut at du reagerer på så små mengder laktose. De fleste med laktoseintoleranse tåler 2-7 gram laktose til måltider flere ganger om dagen, og kan tåle 10-20 gram laktose totalt i løpet av en dag. Det er individuelle variasjoner, og over tid kan man trene opp kroppen til å tåle en økende mengde laktose.

Lykke til!

Vennlig hilsen
Ellen Hovland
Klinisk ernæringsfysiolog
Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no)
Pb 1011 Sentrum, 0104 Oslo
Besøksadresse Borggata 1
Tlf 23 30 20 10
Fax 23 30 20 11
Dir 23 30 20 19
Mob 41 22 30 03
ellen@melk.no

Se vårt web-TV-kjøkken på www.melk.tv med mange flotte oppskrifter og ernæringstips.

-----Opprinnelig melding-----

Fra: Lill F. Sæther [mailto:lills@ther.oslo.no]

Sendt: 30. august 2011 10:47

Til: Opplysningskontoret for Meieriprodukter

Emne: Dialog med Tine om bla. laktosefri matfløte

Hei.

Jeg har hatt en hyggelig dialog med Tine om deres laktosefrie produkter og også mangel på sådanne sammenlignet med Sverige og Finland. Jeg har laktoseintoleranse og har hatt dette i 30 år. Jeg har helt klart blitt verre med årene. De første årene tålte jeg smør, oster med lite laktose og den laktosereduserte melken da den kom. Men i dag tåler jeg ingen laktose overhodet og har også reagert på den laktosefrie matfløten til Tine.

Jeg har startet en hjemmeside: www.laktosefritt.no og skal forsøke å bruke denne til å gjøre livet enklere for oss som har laktoseintoleranse, spre opplysning om utfordringene med å leve med dette, men også kontakte produsenter og andre for å påpeke unødig bruk av laktose og forhåpentlig endre produkter som inneholder laktose uten at dette er nødvendig.

Jeg har som sagt hatt en dialog med Tine v/forbrukerkonsulent Hallvard Opsahl, om ulike ting i forbindelse med deres laktosefrie produkter, og skrev sist:

"Det er flott at dere vil lansere flere laktosefrie produkt etterhvert. Jeg mener at den laktosefrie fløten inneholder mer laktose når den er fersk og at jeg tåler den litt bedre når den har stått minst et par dager i kjøleskapet. Kan det ha noe for seg? Dere tilsetter jo laktase. Den bryter jo ned laktosen i fløten. Kan det tenkes at laktasen gjør det hele tiden og at den virker bedre etterhvert eller at den virker bedre når det blir mindre mengde å behandle oppi kartongen?

Hallvard Opsahl ba meg kontakte dere om disse spørsmålene. Tusen takk for svar

Mvh

Lill Fanny Sæther

lills@ther.oslo.no

www.laktosefritt.no