Bad Homburg, November 2017

**Online-Pressemitteilung**

**Fruktoseintoleranz: Was ist das?**

**Unverträglichkeiten und Intoleranzen bezeichnen meist dasselbe, nämlich eine empfindliche Reaktion des Körpers auf bestimmte Nahrungsbestandteile. Übelkeit, Erbrechen und Blähungen sind die häufigsten Beschwerden. Wenn Fruchtzucker diese Symptome hervorruft, handelt es sich oft um eine Fruktoseintoleranz.**

Es gibt zwei Formen der Fruktoseintoleranz: Die Fruktosemalabsorption, auch intestinale Fruktoseintoleranz genannt, bei der der Körper zu wenig des fruchtzuckerspaltenden Enzyms Fruktase bildet. Und die hereditäre (vererbte) Fruktoseintoleranz (HFI), die bereits von Geburt an besteht und dementsprechend meist früh diagnostiziert wird.

Die neue Infografik der AOK Hessen verdeutlicht den Unterschied:



Weitere Informationen zum Thema Zuckerintoleranz hat die AOK Hessen auf ihrer Seite „[AOK erleben](https://aok-erleben.de/suesses-gift-wenn-dein-koerper-auf-zucker-reagiert/?cid=aokdehe_nse_2017_08_1788)“.