

Welche Therapieformen gibt es?

Die bisher einzige, erfolgreiche Therapie ist eine lebenslange glutenfreie Diät. Dadurch heilt die Darmentzündung ab und die Darmzotten können sich wieder regenerieren.

Die strikte Ernährungsumstellung erfordert viel Selbstdisziplin und neues Einkaufsverhalten. In vielen Supermärkten sind mittlerweile eine Reihe von glutenfreien Lebensmittel im Angebot. Diese sind mit dem Zeichen  gekennzeichnet.

- **Welche Lebensmittel sind erlaubt:**
Reis, Mais, Buchweizen, Kartoffeln, Hirse, Obst, Gemüse, Fleisch, Fisch
- **Welche Lebensmittel sind nicht erlaubt:**
Brot, Brötchen, Pizza, Knödel, Nudeln, Müsli, Müsliriegel, Paniertes Fleisch, Kekse, Kuchen

Wo kann ich mich beraten lassen?

Wenn Sie bei Ihnen Symptome entdecken, die auf eine Zöliakie hinweisen, sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt.

Auf den Web-Seiten der Deutschen Zöliakie Gesellschaft e. V. (www.dzg-online.de) finden Sie ausführliche Information zur Erkrankung, wichtige Tipps zur Ernährung sowie glutenfreie Kochrezepte.

Weitere Links: www.was-ist-zoeliakie.de
www.dge.de



Stempel der Arztpraxis

Zu den Labormethoden

Die Ausführung der Laboranalysen erfolgt nach den Richtlinien der Bundesärztekammer. Sie unterliegen den geforderten internen und externen Qualitätskontrollen. Die Laborarztpraxis ist ein von der DAkkS (Deutsche Akkreditierungsstelle) akkreditiertes Labor.

Für die Laboranalysen verantwortlich



MEDIZINISCHES LABOR
Prof. Schenk / Dr. Ansorge & Kollegen GbR
Medizinisches Versorgungszentrum für Labormedizin,
Mikrobiologie, Hygiene und Humangenetik

Schwiesaustrasse 11 • 39124 Magdeburg
Telefon: 0391 244680 • Fax: 0391 24468110

info@schenk-ansorge.de
www.schenk-ansorge.de



Stand: 02/2015

Zöliakie Glutenunverträglichkeit

- Appetitlosigkeit
- Bauchschmerzen
- Stuhlnunregelmäßigkeiten
- Reizdarm
- chronische Müdigkeit
- Depressionen

Kennen Sie das?

Appetitlosigkeit, Bauchschmerzen, Stuhlnormmäßigkeiten, Reizdarm, chronische Müdigkeit oder Depressionen? **Eine Zöliakie kann dafür die Ursache sein.**

Was ist Zöliakie?

Die Zöliakie (früher einheimische Sprue) ist eine lebenslange, chronisch-entzündliche Darmerkrankung, die durch Getreideproteine in genetisch prädisponierten Personen ausgelöst wird. Die Erkrankung wird dabei nicht direkt vererbt, sondern nur die Veranlagung.

Durch den Kontakt mit dem Klebereiweiß Gluten und deren Untereinheit Gliadin, kommt es bei den betroffenen Menschen zu einer Entzündung des Darmes. Schuld daran sind körpereigene Abwehrzellen, die Gluten als Fremdkörper erkennen und mittels Antikörper bekämpfen wollen. Dabei greifen sie die Dünndarmschleimhaut an und rufen eine Entzündung hervor. Deswegen spricht man bei der Zöliakie auch von einer Autoimmunerkrankung. Durch die Entzündung werden die Darmfalten (Darmzotten) zerstört, was dazu führt, dass verschiedene andere Stoffe nicht mehr genügend resorbiert werden, wie z. B. Eisen, Milchzucker o. ä. und es kommt zu einem Nährstoffmangel.

Die Häufigkeit der Zöliakie beträgt in der Bevölkerung nach unterschiedlichen Literaturquellen von 1:250 bis 1:500. Vermutlich gibt es eine hohe Dunkelziffer, da die Symptomatik oft unspezifisch ist und die Diagnose relativ spät gestellt wird.

Welche Getreidesorten enthalten Gluten?

Gluten/Gliadin sind in fast allen Getreidesorten enthalten: Weizen, Gerste, Roggen, Dinkel, Hafer und in allen Produkten, die aus diesen Getreidesorten hergestellt worden sind: Mehl, Gries, Stärke, Paniermehl, Teigwaren.

Glutenfreie Getreidesorten sind: Mais, Reis, Hirse.

Achtung! Kontaminationen mit glutenhaltigen Getreiden beim Verarbeiten im selben Betrieb sind nicht auszuschließen.

Welche Symptome können auftreten?

Die Zöliakie kann in jedem Alter beginnen und mit einer Fülle verschiedener Symptome einhergehen.

● In der Kindheit:

Die Zöliakie manifestiert sich oft bereits in der frühen Kindheit (vom 1. bis 8. Lebensjahr), einige Monate nach dem ersten Kontakt mit dem Weizeneiweiß, z. B. als Brei.

Die Kinder zeigen einen aufgeblähten Bauch, gedeihen schlecht, haben keinen Appetit oder nehmen an Gewicht nicht zu. Typische Beschwerden sind Durchfälle und häufig wiederkehrende Bauchschmerzen, ohne erklärbare Ursache. Eine Verstopfung kann aber auch auftreten.

● Im Erwachsenenalter:

Die Erkrankung kann sich auch im späteren Leben (zwischen dem 20. und 50. Lebensjahr) erstmalig manifestieren. Nur etwa 10–20 % der Betroffenen haben allerdings die Symptomatik des Kindes.

Die klassischen Symptome einer Zöliakie sind durch die Verdauungsstörung bedingte chronische Durchfälle, zum Teil mit großvolumigen, übelriechenden, und durch die gestörte Fettverdauung auch glänzenden, klebrigen Stühlen. Die meisten Fälle verlaufen allerdings mit unspezifischen Symptomen oder sogar ohne Beschwerden. Oft ist nur ein ungeklärter Eisenmangel das einzige Symptom, das auf eine Zöliakie hinweisen kann. Eine Laktose- und/oder Fruktoseintoleranz kann sekundär aufgrund der Darmzottenzerstörung auftreten und ebenfalls auf eine Zöliakie hinweisen.

Andere Erkrankungen, wie: Weißfleckenkrankheit (Vitiligo), Blutarmut (Anämie), Schilddrüsenerkrankungen, Zuckerkrankheit (Typ-1 Diabetes), Haarausfall (Alopezie), blasenbildende Hauterkrankung (Dermatitis herpetiformis Duhring) oder unerfüllter Kinderwunsch, sind oft mit einer Zöliakie assoziiert.

Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

Bei Verdacht auf eine Zöliakie wird empfohlen, **vor einer Ernährungsumstellung** eine Labordiagnostik durchzuführen. Im Blut werden Zöliakie-spezifische Antikörper untersucht. Die Bestimmung ihres genetischen Risikoprofils für die Entwicklung einer Zöliakie wird ebenfalls empfohlen. Die endgültige Diagnose wird mittels einer Dünndarmbiopsie festgestellt. Bei kleinen Kindern kann der Ausschluss der genetischen Veranlagung in vielen Fällen die invasive Diagnostik ersparen.

Die Auswertung der Laborparameter erlaubt nicht nur eine Aussage zur derzeitigen Befundlage hinsichtlich der Zöliakie, sondern ermöglicht z. T. auch eine Abschätzung für ihr zukünftiges Erkrankungsrisiko.

Wir bestimmen für Sie

- Transglutaminase-Antikörper (Endomysium): IgA und IgG
- Gliadin-Antikörper (IgA und IgG)
- Gesamt IgA (zum Ausschluss eines Antikörpermangels. Bei diesen Personen ist die o. g. Antikörperdiagnostik ohne Aussagekraft)
- Genetische Untersuchung Ihrer Prädisposition zur Entwicklung einer Zöliakie