

Zöliakie – glutenfrei...

Eine schwieriges medizinisches Problem

aber auch eine grosse Herausforderung
für den Koch und Gastgeber

Forum der Köche

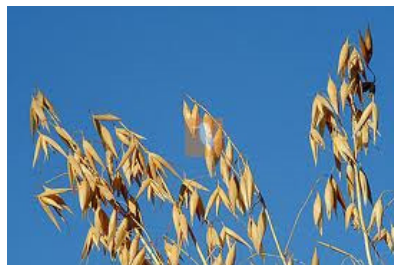
9. Juni 2011 in Pfäffikon

Dr. med. Josef Laimbacher



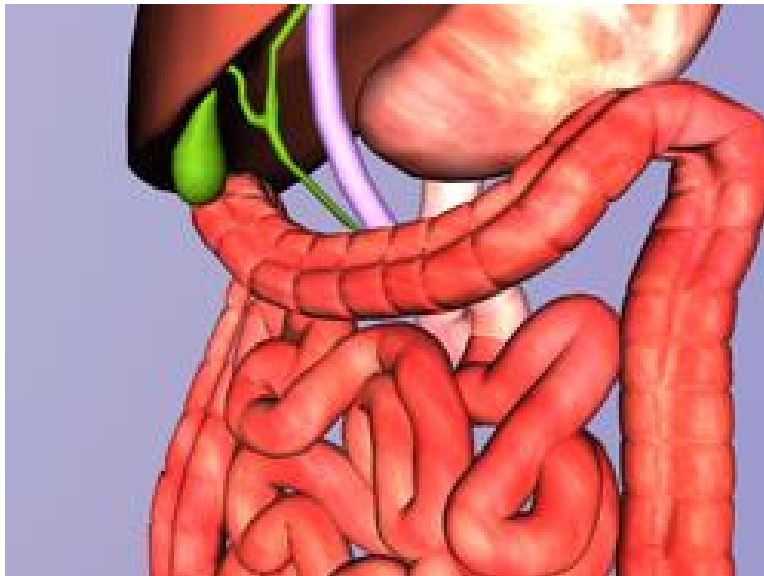
Zöliakie: Definition

- Chronische Erkrankung durch
- Unverträglichkeit von Gluten (Klebereiweiss)
- Glutenthaltige Getreidearten:
 - Weizen
 - Roggen
 - Gerste
 - Dinkel
 - (Hafer)

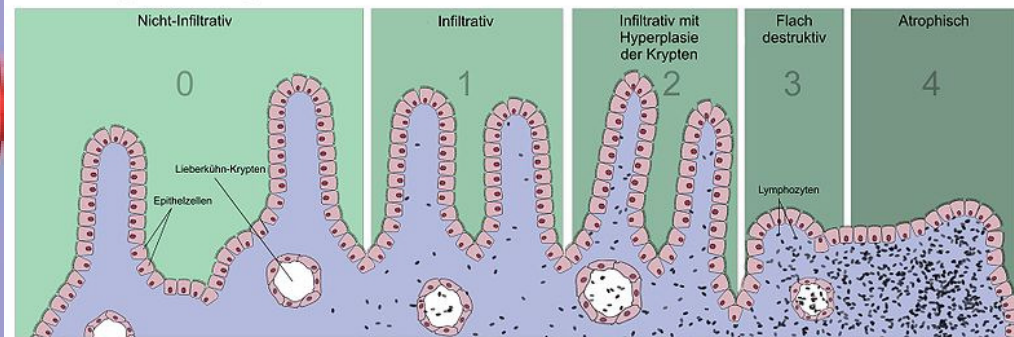


Zöliakie: Definition

- **Schleimhautschädigung im Dünndarm (Dünndarmzotten)**



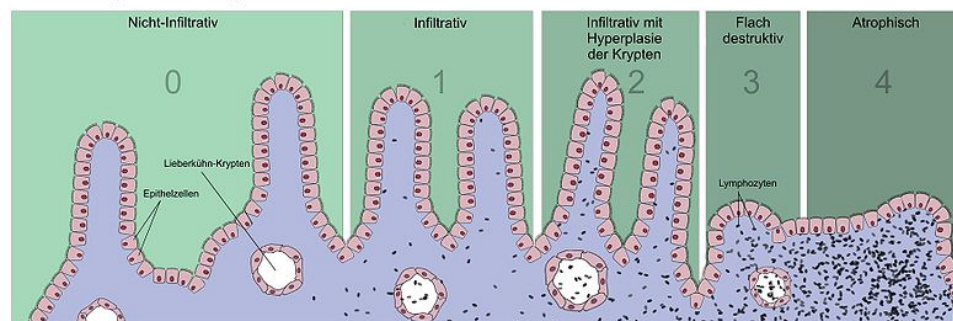
Immunpathologie der Schleimhaut im oberen Dünndarm



Zöliakie: Definition

- Dadurch reduzierte oder gar keine Absorption von Nährstoffen
(= Malabsorption)
- In westlichen Ländern häufigste Erkrankung mit Malabsorption

Immunpathologie der Schleimhaut im oberen Dünndarm



Zöliakie: Definition

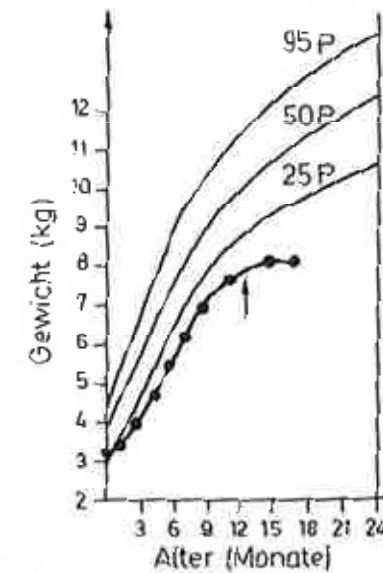
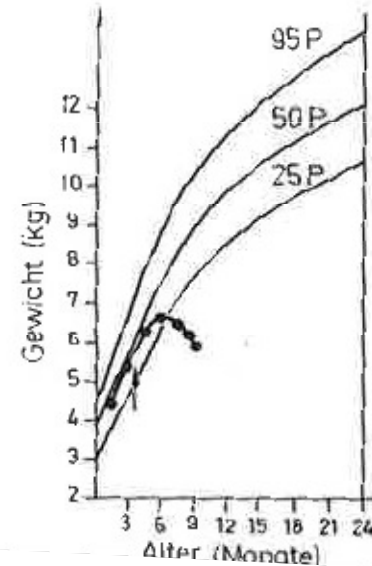
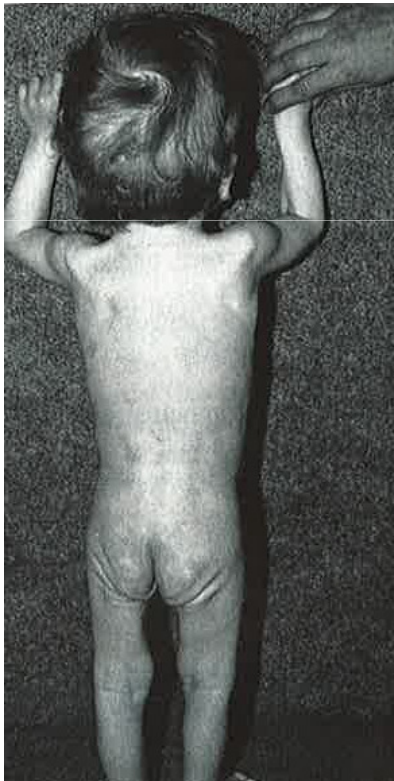


- **Glutenunverträglichkeit kann in jedem Lebensalter auftreten d.h. nicht nur im Kindesalter**
- **Häufigkeit: 1 : 100-(500) Europa/USA**



Zöliakie: Symptome **Kleinkind**

- Keine Gewichts- und Längenzunahme (Gedeihstörung)



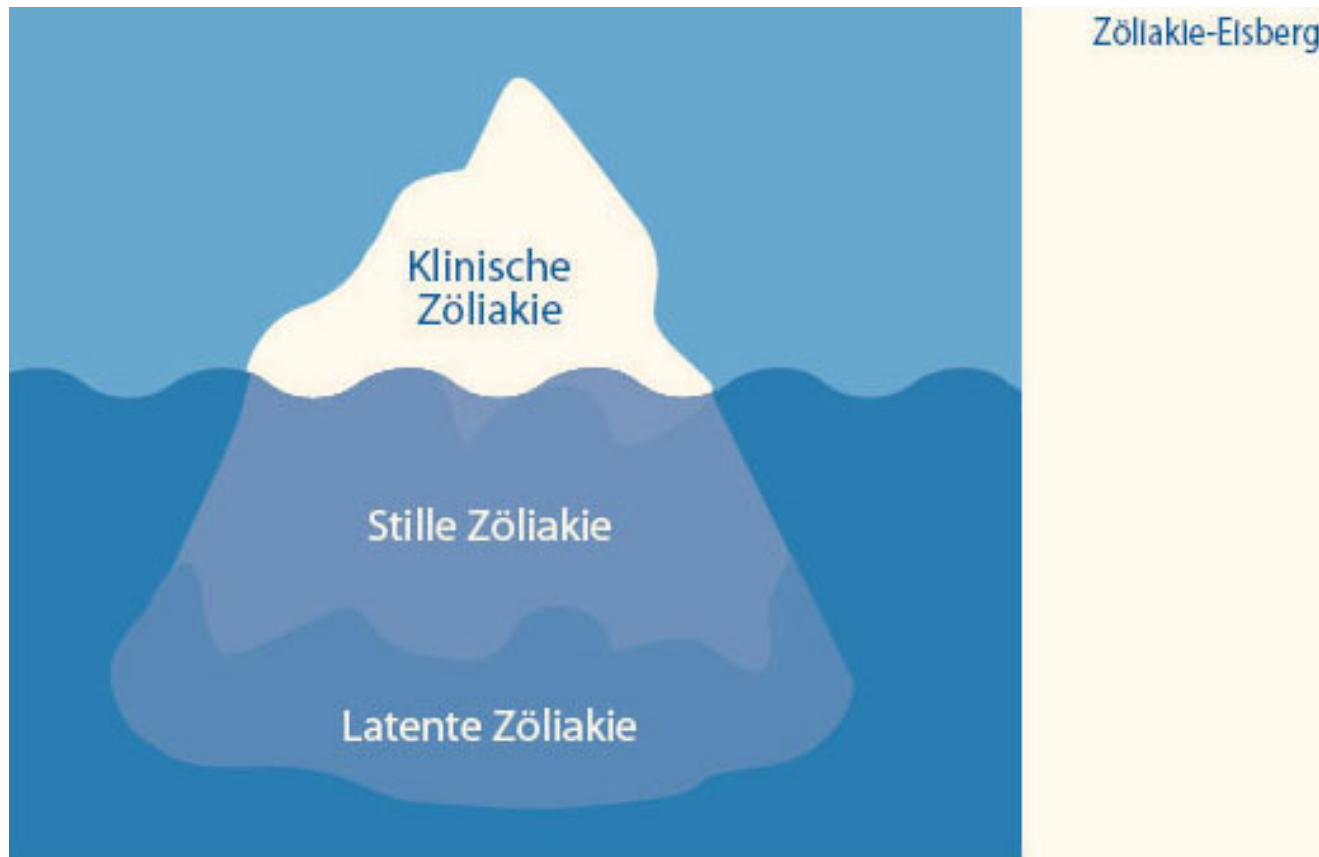
Zöliakie: Symptome **Kleinkind**

- **Entwicklungsverzögerung**
- **Durchfälle, Blähungen**
- **Empfindlichkeit, Gereiztheit**



Zöliakie: Symptome

Kind/Jugendliche/Erwachsene



Zöliakie: Symptome

Kind/Jugendliche/Erwachsene

- Gewichtsverlust, chron. Untergewicht
- Chron. Durchfälle/Verstopfung
- Blähungen
- Übelkeit/Erbrechen



Zöliakie: Symptome

Kind/Jugendliche/Erwachsene

- Wasseransammlung im Bindegewebe
- Knochenschmerzen
(Osteoporose: Calcium-Vitamin D-Mangel)
- Hauterkrankungen/Zahnerkrankungen



Zöliakie: Symptome

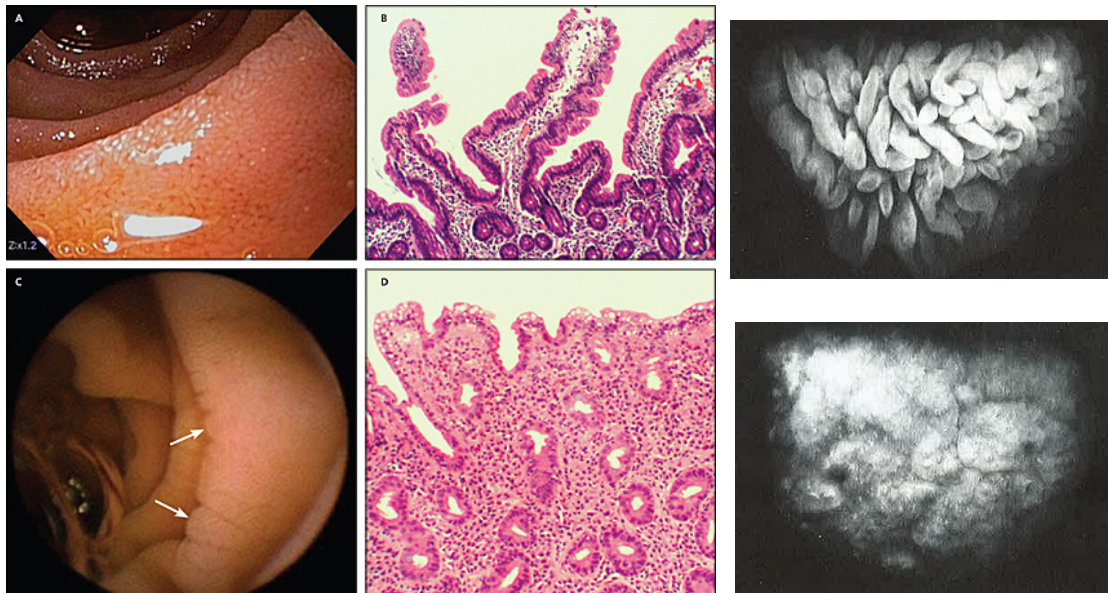
Kind/Jugendliche/Erwachsene

- Müdigkeit und Erschöpfungsepisoden (Eisenmangel)
- Depressive Verstimmung



Zöliakie: Diagnostik

- **Wie testen?**
 - Home-Kits (Coop ...)
 - Arzt / Ärztin (Blutuntersuchung auf Antikörper)
 - Duodenalzotten-Biopsie



Zöliakie: Schwierige Therapie

- Warum therapieren?
- Wen therapieren?
- Adherence - Compliance



Zöliakie: Therapie

- **Durch rigorose glutenfreie Ernährung kann Schleimhautfunktion wieder hergestellt werden.**



...lebenslang...!!!



EEK- Expertenbericht:

www.bag.admin.ch

Zöliakie und Ernährung in der Schweiz 2010

1. Klinische und epidemiologische Aspekte
2. Glutenfreie Ernährung
3. Lebensmittelrecht
4. Leben mit Zöliakie



Schwierige Therapie: Compliance



- **Nicht anders sein wollen**
- **Fähigkeit, Gefühle zu managen: Angst, Wut, Verzweiflung**
- **Fähigkeit, mit der Versuchung umzugehen**
- **Schwierigkeit, Gluten in Nahrungsmittel zu erkennen**
- **Zeitdruck – Kochen braucht mehr Zeit**



Schwierige Therapie: Compliance



- **Auswärts Essen, Ferien**

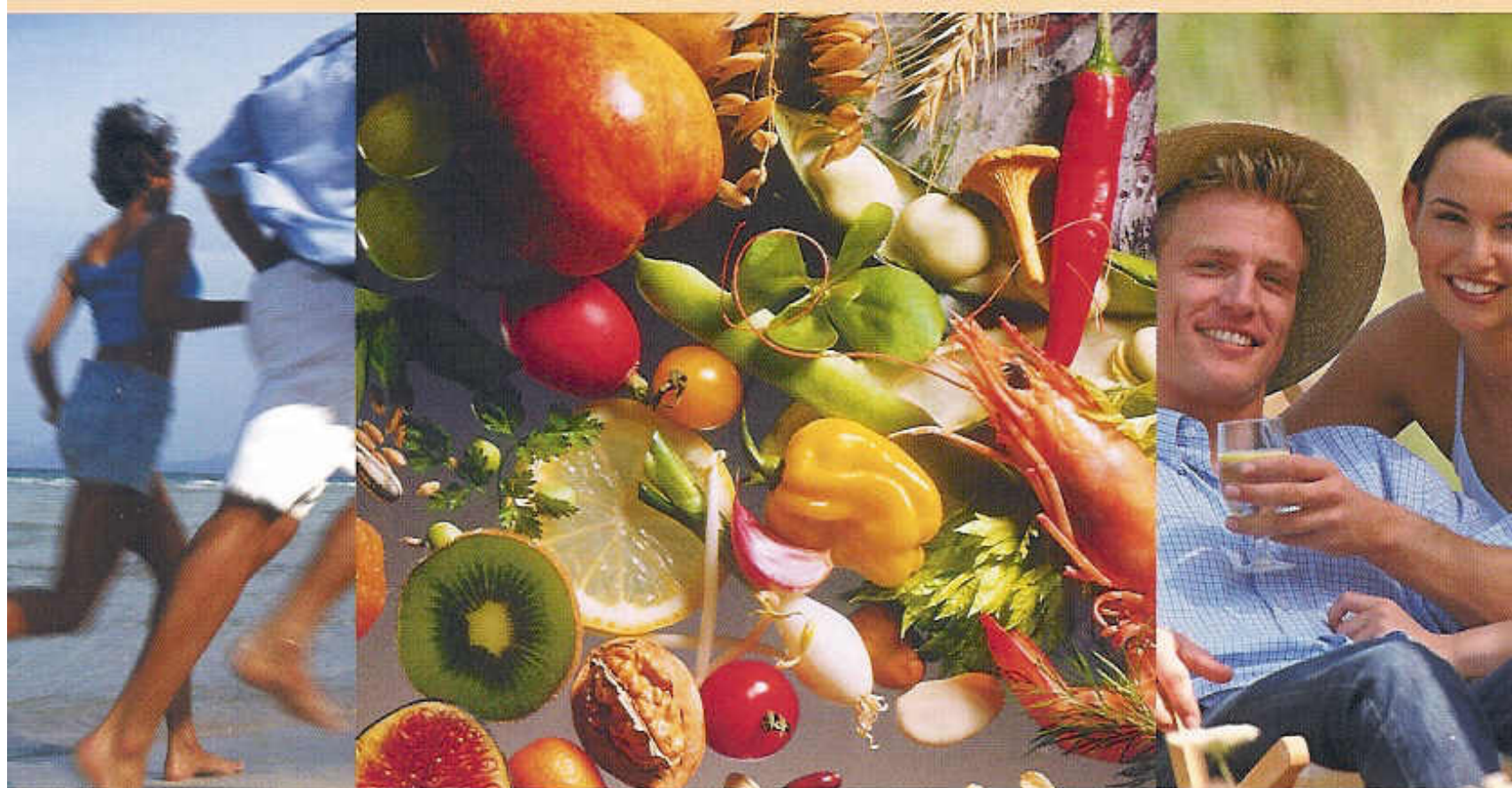
- **EEK-Expertenbericht:**

Kenntnisse zur Zöliakie gehören in das Grundwissen auch von Fachkräften u.a. in der Gastronomie....

(korrekte Umsetzung der Kennzeichnungs- und Auskunftspflicht), vermittelt in Aus- und Weiterbildung



Geniessen Sie gutes Essen und gestalten Sie sich einen bewegten Alltag...



Ostschweizer Kinderspital

Danke für Ihre Aufmerksamkeit



aus Tiptopf

Zöliakie

- Fragen?

