

Zöliakie / Glutenunverträglichkeit

Zöliakie ist eine chronische Systemerkrankung, die auf einer **lebenslangen Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten** beruht. Gluten kommt in den Getreidearten Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste und in handelsüblichem Hafer vor, sowie in den alten Weizensorten Einkorn, Emmer und Kamut.

Beim Gesunden wird die aufgenommene Nahrung im Dünndarm in ihre Bestandteile zerlegt und gelangt über die Schleimhaut in den Körper. Um eine möglichst große Oberfläche zur Nährstoffaufnahme zu erhalten, ist der Darm mit vielen Falten, den sogenannten Zotten, ausgekleidet.

Bei Zöliakie betroffenen führt die Zufuhr von Gluten zu einer **Entzündung in der Darmschleimhaut**. Dies hat zur Folge, dass die Zotten sich zurückbilden. Da sich die Oberfläche des Dünndarms verringert, können nicht mehr genügend Nährstoffe aufgenommen werden. So entstehen im Laufe der Erkrankung **Nährstoffdefizite**, die eine Reihe der Beschwerden auslösen können. Manche der Krankheitszeichen entstehen aber vermutlich auch durch **entzündliche Prozesse** unabhängig von Nährstoffdefiziten. Da die Zöliakie sich nicht nur auf den Darm beschränkt, wird sie auch eher als Erkrankung des gesamten Körpers, also als eine **Systemerkrankung** angesehen.

An der Haut kann sich die Zöliakie als **Dermatitis herpetiformis Duhring** (DHD) manifestieren. Die DHD geht in der Regel mit einem starken und quälenden Juckreiz einher. An der Haut entstehen kleine rote Papeln und kleine Bläschen. Wegen des starken Juckreizes werden die Bläschen schnell aufgekratzt. Die Haut weist dann Erosionen mit Krusten auf.

Wie entsteht die Zöliakie?

Bei der Zöliakie spielen erbliche Faktoren eine wichtige Rolle, aber auch das Immunsystem, Infektionen, die Ernährung und Umweltfaktoren scheinen die Entwicklung der Krankheit zu beeinflussen. Die komplexen Zusammenhänge sind bisher noch nicht vollständig geklärt.

Wie häufig ist die Zöliakie und in welchem Alter kann sie ausbrechen?

Bis vor einigen Jahren ging man davon aus, dass im Durchschnitt etwa einer von 1.000 bis 2000 Menschen in Deutschland von Zöliakie betroffen ist. Neuere Untersuchungen zeigen aber, dass die Häufigkeit tatsächlich etwa bei 1:100 liegt. Nur bei 10 bis 20 % der Betroffenen liegt das Vollbild der Zöliakie vor. **80 bis 90 % haben untypische oder keine Symptome und wissen daher oft nichts von ihrer Erkrankung.** Grundsätzlich ist ein Ausbruch der Erkrankung in jedem



Lebensalter möglich. Man beobachtet allerdings zwei Häufigkeitsgipfel: Der erste liegt zwischen dem 1. und dem 8. Lebensjahr, der zweite zwischen dem 20. und 50. Lebensjahr.

Wie wird die Diagnose gestellt?

Beim ersten Verdacht auf eine Zöliakie sollten **vor der Ernährungsumstellung** zunächst **Antikörper aus dem Blut bestimmt** werden. Hierzu bieten wir Ihnen in unserer Praxis an, die **Gewebstransglutaminase-IgA-Antikörper** zu untersuchen. Die endgültige Absicherung der Diagnose erfolgt durch eine Dünndarmbiopsie. Auch diese muss vor Beginn einer glutenfreien Ernährung vorgenommen werden, um sichere Befunde zu erhalten.

Als allergologische Schwerpunktpraxis beraten wir Sie gerne über **diagnostische** und **therapeutische Verfahren** und über Möglichkeiten die Erkrankung bzw. Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Weitere Informationen finden Sie im Gesundheits-Lexikon.