

RATGEBER FÜR PATIENTEN MIT EINHEIMISCHER SPRUE (ZÖLIAKIE)

Sehr geehrte Patienten,

Sie leiden an einer Sprue wie die Blutwerte und die Ergebnisse der Magenspiegelung zeigten. Dies ist eine genetisch bestimmte abnorme Reaktion der Darmschleimhaut auf Kleberproteine des Weizens, Dinkel, Gerste und Roggen., die man leider nicht ursächlich medikamentös behandeln kann, sondern nur diätetisch.

Bei bioptisch gesicherter Sprue muß eine lebenslange strikte glutenfreie Ernährung eingehalten werden, das heißt Weizen, Roggen, Gerste, Grünkern, Dinkel, Kalmut und daraus hergestellte Produkte (Kuchen, Kekse, Getreide- und Teigwaren, Malzkaffee, Bier) sind zu meiden. Ein langfristiger, mäßiger Verzehr von Hafer hat wohl keine nachteiligen Wirkungen. Leider findet sich Weizenmehl in vielen Fertigprodukten wie Soßen, Suppen, Gemüse- und Fleischkonserven, Gewürzmischungen, verschiedene Wurst und Käsesorten und Süßigkeiten. Die Zutatenliste der entsprechenden Produkte gibt meist keine ausreichenden Hinweise, um beurteilen zu können, ob es sich um ein glutenfreies Produkt handelt. Auch manche Produkte der pharmazeutischen Industrie enthalten Gluten. Wichtige Auskunftquelle für alle Fragen, die eine glutenfreie Kost betreffen ist die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V., Filderhauptstraße 61, 70599 Stuttgart, Tel.: 0711/4599810, Fax: 0711/45998150, e-mail: info@dzg-online.de

Mit herzlichen Grüßen,

Dr. med. Oliver Kohl

(nach einem Übersichtsartikel in „Der Internist“ von Stein J., 9/2006: 929-937)