

PRESSEMITTEILUNG

Titel Zöliakie

Datum 01.09.2021

Seiten 3

Gezielte Diagnose – schnelle Beschwerdefreiheit:

Dem „Chamäleon“ Zöliakie auf die Spur kommen

Burgstall (I), 1. September 2021. Die Zöliakie ist eine Autoimmunerkrankung mit vielen Facetten. Unspezifische Symptome und Überlappungen mit anderen gastrointestinalen Erkrankungen erschweren den Hausärzten nicht selten die Diagnose. Dadurch verzögert sich oft auch die Behandlung und Linderung der teils folgenreichen Beschwerden. Im Rahmen einer digitalen Pressekonferenz von Dr. Schär gaben Experten praxisorientierte Tipps aus der Haus- und Facharztpraxis und erläuterten, wie Menschen mit Zöliakie schneller diagnostiziert und einer gezielten Therapie mittels glutenfreier Ernährung zugeführt werden können.

Bei Zöliakie-Betroffenen werden durch den Kontakt mit Gluten Autoantikörper gegen das Enzym Gewebetransglutaminase (TG2) und gegen Endomysium-Proteine gebildet. Die daraus resultierende Schädigung der Darmschleimhaut führt meist zu umfangreichen Verdauungsstörungen und extraintestinalen Beschwerden. „Mit einer Prävalenz von 0,5 bis 1,5 % der Bevölkerung in Europa ist die Zöliakie keine seltene Erkrankung“, betonte Prof. Martin Storr, Facharzt für Gastroenterologie in Gauting. „Sie wird aber zu selten diagnostiziert.“ Das liegt, wie der Experte weiter erklärte, an der vielfach unspezifischen Symptomatik, die zahlreiche Überschneidungen mit anderen gastrointestinalen Erkrankungen aufweist. Die typischen Symptome wie Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfälle, Bauchkrämpfe und Übelkeit werden unter anderem auch bei Reizdarm, Morbus Crohn und der Gluten-/Weizensensitivität beobachtet. Hinzu kommt, dass es verschiedene Verlaufsformen gibt: Neben der klassischen Zöliakie kommen auch Formen vor, bei denen die Symptomatik weniger stark ausgeprägt ist bzw. sogar fehlt oder bei denen untypische Beschwerden im Vordergrund stehen.

Klare Schritte für Diagnose und Therapie

Bei unklaren Verdauungsbeschwerden beginnt in der gastroenterologischen Praxis deshalb eine umfangreiche Diagnostik mit gründlicher Anamnese, körperlichen Untersuchungen, Ultraschall, Blut- und Stuhluntersuchungen sowie Maßnahmen zur Abgrenzung der in Frage kommenden Erkrankungen. Der Zöliakie auf die Spur zu kommen, ist dabei relativ einfach, wie Storr erklärte: „Eine Laboruntersuchung auf Serum-Autoantikörper gegen TG2 oder Endomysium-Proteine liefert bei einem positiven Ergebnis eine erste Diagnose, die durch eine Magen-Darm-Spiegelung mit Duodenum-Histologie erhärtet werden kann.“ Ebenso einfach ist dann die Therapie, die in einer lebenslangen strikt glutenfreien Diät besteht. Unterbleiben Diagnose und Therapie jedoch, können die Folgen schwerwiegend sein, warnte Storr: Bei Kindern kommt es häufig zu Minderwuchs und psychosomatischer Retardierung, bei Erwachsenen können Gewichtsverlust, Osteoporose, weitere Autoimmunerkrankungen wie Diabetes Typ 1, neurologische Erkrankungen und Malignome auftreten. „Es lohnt sich also, die Zöliakie auf dem Radar zu haben“, so Storr.

Gerade in der Hausarztpraxis, die täglich mit einer großen Bandbreite von Erkrankungen konfrontiert ist, stellt dies jedoch bisweilen eine größere Herausforderung dar als in einer spezialisierten gastroenterologischen Praxis, wie Dr. Petra Zantl, Fachärztin für Allgemeinmedizin in Konstanz, berichtete. Sie verwies auf eine Umfrage unter Hausärzten, in der 76 % der Befragten angaben, dass sie im letzten Halbjahr bei typischen Beschwerden wie Durchfällen und Blähungen eine Zöliakie in Betracht gezogen haben¹. „Das heißt aber auch, dass fast ein Viertel nicht daran gedacht hat und das sind zu viele“, so Zantl. Ihr Tipp lautet daher: „Bei allen Magen-Darm-Beschwerden, die länger als sechs Wochen anhalten, sollte eine Zöliakie ausgeschlossen werden.“

Auch untypische Zöliakie-Symptome beachten

Ebenso wichtig ist laut Zantl, auch die weniger klassischen Zöliakie-Beschwerden im Blick zu behalten und richtig zuzuordnen. „Die Zöliakie ist ein echtes Chamäleon – sie kann die vielfältigsten Formen annehmen“, so Zantl. So können auch Müdigkeit, Leistungsschwäche, Kopfschmerzen, Depressionen, Appetitlosigkeit, Hautausschläge und Schwindelgefühle auf die Autoimmunerkrankung hindeuten. Eine weitere Empfehlung der Allgemeinärztin ist daher: „Bei chronischer, unklarer Symptomatik immer auch eine Zöliakie in Erwägung ziehen und eine entsprechende Blutuntersuchung anordnen.“

Ernährungsberatung und regelmäßige Kontrollen

Steht die Diagnose fest, gilt es Patienten bei der glutenfreien Diät engmaschig zu begleiten, insbesondere zu Beginn. „Eine gezielte Beratung in Lebensführung und Ernährung ist sehr zu empfehlen“, so Zantl. Denn gerade am Anfang kann die glutenfreie Ernährung Betroffenen Probleme bereiten: „Auch wenn es inzwischen eine große Auswahl hochwertiger glutenfreier Produkte im Handel gibt, bleibt die Problematik der Außer-Haus-Ernährung. Außerdem gibt es viele versteckte Gluten-Quellen wie beispielsweise in Essig oder Sojasauce.“ Wichtig ist laut Zantl auch, den Erfolg der Therapie regelmäßig zu überprüfen, um bei Bedarf intervenieren zu können. Dazu gehören Laboruntersuchungen auf Autoantikörper und die Prüfung aller Werte, die eingangs nicht in Ordnung waren. Anfangs empfiehlt Zantl eine Frequenz von 3-6 Monaten, bei Stabilisierung reichen dann größere Abstände aus. „Im Endeffekt muss die Betreuung jedes Patienten natürlich individuell erfolgen. Entscheidend ist aber, dass wir mit einer einfachen Blutuntersuchung undiagnostizierten Zöliakie-Patienten, die teilweise jahrelang auf der Suche nach dem Ursprung ihrer Beschwerden sind, Klarheit und in der Folge Beschwerdefreiheit liefern können“, so Zantl.

¹ DocCheck Research: Zufallsbasierte Online-Befragung im DocCheck Panel vom 13.04. bis 28.04.2021 unter n = 300 niedergelassenen Allgemeinmediziner*innen, Praktische Ärzt*innen und Internist*innen ohne Schwerpunkt (APIs).

Die Dr. Schär Unternehmensgruppe und die Marke Schär

Die Unternehmensgruppe Dr. Schär bietet Menschen, die sich glutenfrei ernähren, mit der Marke Schär das breiteste Sortiment an geschmackvollen, hochwertigen und innovativen glutenfreien Produkten und ist damit in Europa Marktführer im glutenfreien Bereich. Das Sortiment von mehr als 150 glutenfreien Produkten reicht von Brot, Pasta und Keksen bis hin zu Mehlen, Cerealien, Tiefkühlprodukten, verschiedenen Snacks und BIO Produkten. Die Produkte sind hochwertig, schmackhaft und sicher. Sie sind aus ausgewählten und kontrollierten Rohstoffen hergestellt, von der Forschungs- und Entwicklungsabteilung getestet sowie vor ihrem Inverkehrbringen vom italienischen Gesundheitsministerium autorisiert. Schär bietet Zöliakiebetroffenen, Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit absolute Produktsicherheit und eine abwechslungsreiche Ernährung, die ernährungsphysiologisch ausgewogen ist und sensorischen Anforderungen entspricht. Dr. Schär arbeitet eng mit internationalen Medizinerinnen und Ernährungsexperten zusammen, hat ein eigenes Forschungs- und Entwicklungszentrum und bietet seinen Konsumenten umfangreiche Beratungs- und Servicedienstleistungen. Das wissenschaftliche Rückgrat bildet das Dr. Schär Institute: Die digitale Plattform bietet Medizinerinnen und Ernährungsfachkräften neueste Studien, Webinars, Wissenschaftstalks, Wissenstransfer und vertiefte Informationen zu besonderen Ernährungsbedürfnissen. 2019 hat Dr. Schär einen Umsatz von 375 Millionen Euro erzielt. Weitere Informationen gibt es unter www.schaer.com oder www.drschaer.com.

Hintergrund Zöliakie

In Deutschland ist die Zahl der Zöliakiebetroffenen hoch: Es sind zwar nur circa 100.000 Menschen diagnostiziert, ein wesentlich größerer Teil – knapp ein Prozent der Deutschen – ist jedoch Studien zufolge von einer Zöliakie betroffen, größtenteils ohne davon zu wissen. Das Klebereiweiß Gluten ist in zahlreichen Getreidesorten enthalten, unter anderem in Weizen, Roggen, Gerste und Dinkel. Bei Menschen mit Zöliakie lösen bereits geringste Mengen Gluten eine chronische Entzündung der Dünndarmschleimhaut aus, mit zum Teil schwerwiegenden Symptomen und Auswirkungen. Die einzig mögliche Therapie der Zöliakie besteht in einer lebenslangen streng glutenfreien Ernährung.

Gluten-/Weizensensitivität

Der Verzehr glutenhaltiger Speisen führt bei einigen Menschen zu Symptomen wie Bauchschmerzen, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Hautausschlag oder geistiger Verwirrung („foggy mind“). Eine Zöliakie oder auch eine Allergie gegen Weizen liegt bei ihnen jedoch nicht vor. Beim Verzicht auf Gluten bessern sich bei diesen Patienten die Symptome innerhalb von wenigen Wochen und treten bei erneuter Glutenexposition wieder auf. Ob tatsächlich das Gluten oder ein anderer Inhaltsstoff des Weizens für die Reaktionen verantwortlich ist, wird in der Wissenschaft aktuell diskutiert. Im Fokus stehen neben Gluten beispielsweise die sogenannten Amylase-Trypsin-Inhibitoren (ATIs) oder auch FODMAPs.

Reizdarm

Das Reizdarmsyndrom zählt zu den häufigsten chronischen Magen-Darm-Erkrankungen. Rund 15 Prozent der Deutschen können vom Reizdarmsyndrom betroffen sein¹, Frauen doppelt so häufig wie Männer. Studien konnten zeigen, dass sich die Symptome mit einer glutenfreien Ernährung/Low FODMAP Diät bei bis zu 70 Prozent der Reizdarmpatienten verbesserten.²

¹ Wittkamp P. et al. Z Gastroenterol 2012. 50 – V36.

² Altobelli E. et al. 2017. Low-FODMAP Diet Improves Irritable Bowel Syndrome Symptoms: A Meta-Analysis. Nutrients, 9 (9).

Weitere Informationen können Sie gerne anfordern bei

Weber Shandwick

Anja Pottebaum / Julia Delorme

Speicherstraße 59

60327 Frankfurt

Tel.: +49 69 913043 -24 / -44

Fax: +49 69 913043 559

E-Mail: apottebaum@webershandwick.com oder jdelorme@webershandwick.com