

## **PRESSEMITTEILUNG**

---

**Titel** Zöliakie-Symptome noch zu wenig im Bewusstsein verankert

---

**Datum** 28.06.2021

**Seiten** 3

---

### Umfrage zu Zöliakie in der Hausarztpraxis

## **Zöliakie-Symptome noch zu wenig im Bewusstsein verankert**

Burgstall (I), 28. Juni 2021. Bei der Autoimmunerkrankung Zöliakie wird eine hohe Dunkelziffer nicht-diagnostizierter Betroffener vermutet. Unspezifische Symptome und Überlappungen mit anderen gastrointestinalen Erkrankungen erschweren den Hausärzten nicht selten die Diagnose. Dies geht auch aus einer aktuellen Umfrage von DocCheck Research und Dr. Schär unter 300 Hausärzten<sup>1</sup> hervor. Gerade die weniger typischen Symptome der Autoimmunerkrankung entgehen dabei zuweilen der Aufmerksamkeit. Aufgrund der teils schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen einer unentdeckten Zöliakie gilt es, der Erkrankung mit ihrer speziellen Symptomatik vermehrt Beachtung zu schenken, damit bei Betroffenen möglichst schnell eine glutenfreie Diät eingeleitet und so eine Besserung erreicht und Folgeschäden vermieden werden können.

### **Hoher Leidensdruck bei unerkannter Zöliakie**

Eine unentdeckte Zöliakie kann durch die Schädigung der Darmschleimhaut mit starken Beschwerden einhergehen und für die Patienten eine Unterversorgung mit Nährstoffen, Vitaminen und Spurenelementen zur Folge haben. „Dadurch kommt es unter anderem zu Leistungsminderung, chronischer Müdigkeit und insgesamt einem hohen Leidensdruck bei den Patienten“, sagt Dr. Petra Zantl, die als niedergelassene Allgemeinärztin in Konstanz umfangreiche Erfahrung mit der Behandlung von Zöliakie-Patienten hat. „Eine frühzeitige Diagnose und Therapie ist daher für diese Menschen sehr wichtig.“ Eine kürzlich durchgeführte Umfrage von DocCheck Research und Dr. Schär ging der Frage nach, wie Hausärzte, die in der Regel die erste Anlaufstelle für Betroffene sind, mit der Herausforderung Zöliakie in der täglichen Praxis zurechtkommen. Dazu wurden 300 niedergelassene Allgemeinärzte und Internisten mittels Online-Fragebogen befragt.

### **Untypische Symptome weitestgehend unbekannt**

Dabei zeigte sich, dass die Zöliakie bei der Diagnose noch nicht bei allen „Top of Mind“ ist. Bei der Konfrontation mit klassischen Zöliakie-Symptomen nannten die Befragten am häufigsten gastrointestinale Infektionen, funktionelle Darmerkrankungen, Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn als mögliche Ursachen. Eine Zöliakie wurde nur von 29 % spontan als Auslöser in Betracht gezogen. „Die Beschwerdebilder sind sehr ähnlich und Darminfektionen kommen häufiger vor. Ein Hinweis kann die Dauer der Beschwerden sein. Wenn die Symptome bereits seit mehreren Wochen oder sogar Monaten bestehen, sollte unbedingt auch eine Zöliakie in Betracht gezogen werden“, so der Rat von Zantl. Eine Schwierigkeit stellt offenbar auch das Erkennen von weniger typischen Zöliakie-Symptomen dar. Während die klassischen Symptome wie Bauchkrämpfe, Durchfall, Anämie, chronische Müdigkeit, Stuhlnormmäßigkeiten und Koliken der Mehrzahl der Befragten als Zöliakie-Anzeichen bekannt waren, brachte nur eine Minderheit auch Beschwerden wie Kopfschmerzen, Eisenmangelanämie, Hautausschläge, Muskelkrämpfe, Schwindelgefühle und Depressionen

mit Zöliakie in Verbindung. „Dass weniger typische Symptome nicht so sehr im Bewusstsein sind, ist nicht ungewöhnlich. Im Falle der Zöliakie lohnt es sich aber, sich über die komplexe Symptomatik zu informieren und allen Beschwerden Beachtung zu schenken, damit die Erkrankung nicht übersehen wird. Denn viele Betroffene weisen eben nicht das klassische Bild auf“, so Zantls Beobachtungen.

### Labortest als erster Diagnose-Schritt

Wenn einmal ein Verdacht auf Zöliakie vorliegt, leiten die weitaus meisten der Befragten die optimalen Schritte zur Klärung der Diagnose ein. 81 % geben an, eine Gastroskopie bzw. Dünndarmbiopsie anzuordnen und 72 % einen Bluttest auf Transglutaminase-Antikörper. „Sinnvoll ist, zunächst die Laboruntersuchung (Transglutaminase-Antikörper und Gesamt IgA) durchzuführen. Das ist eine einfache Maßnahme und sollte bei anhaltenden ungeklärten Bauch-Beschwerden großzügig eingesetzt werden. Bei einem auffälligen Befund folgt anschließend eine Ösophago-Gastro-Duodenoskopie“, empfiehlt Zantl. „Damit lässt sich die Zöliakie sehr zuverlässig diagnostizieren.“

### Ernährungsberatung unverzichtbar

Nach der gesicherten Zöliakie-Diagnose ist die einzige Therapieoption eine lebenslange, strikt glutenfreie Ernährung. Das wissen auch die befragten Hausärzte – 84 % empfehlen diese Therapie. Zwei Drittel überweisen ihre Patienten außerdem zu einer Ernährungsberatung. Dazu rät auch Zantl: „Eine Ernährungsberatung ist sehr wichtig, denn eine strikt glutenfreie Ernährungsweise ist komplex. Zwar gibt es inzwischen ein breites Angebot glutenfreier Produkte im Handel, doch es bleiben Herausforderungen wie Restaurantbesuche oder das Interpretieren von Inhaltsangaben bei Fertigprodukten. Hier brauchen Patienten Unterstützung. Gute Möglichkeiten und Informationsquellen bieten dabei die DZG (Deutsche Gesellschaft für Zöliakie) und das DSI (Dr. Schär Institute) – in Verbindung mit einer professionellen Ernährungsberatung.“

<sup>1</sup> 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 Mediziner\*innen 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 Mediziner\*innen 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](http://www.schaer.com) oder [www.dr.schaer.com](http://www.dr.schaer.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 sein<sup>1</sup>, 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.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Wittkamp P. et al. Z Gastroenterol 2012. 50 – V36.

<sup>2</sup> 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](mailto:apottebaum@webershandwick.com) oder [jdelorme@webershandwick.com](mailto:jdelorme@webershandwick.com)