



## DZG-THEMENDIENST

### Die Diagnose Zöliakie kann nur der Facharzt stellen

#### Bluttest und Biopsie geben Patienten Sicherheit

Bauchschmerzen und Durchfall sind typische Symptome einer Zöliakie, der Unverträglichkeit auf das Klebereiweiß Gluten. Es steckt in Getreide wie Weizen, Dinkel, Gerste und Roggen. Bei Betroffenen verursacht Gluten Entzündungen im Dünndarm. Wer nach dem Verzehr glutenhaltiger Lebensmittel regelmäßig Schmerzen oder Unwohlsein verspürt, dem rät Dr. Stephanie Baas, medizinische Beraterin der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V., den Gang zum Arzt: „Die Symptome sollten nicht auf die leichte Schulter genommen oder durch eine selbstverordnete glutenfreie Ernährung behandelt werden. Beides kann dem Körper schaden und Folgeerkrankungen auslösen“. Es sei daher entscheidend, dass Diagnose und Behandlung vom Facharzt vorgenommen werden.

Bei Patienten jeden Alters wird bei Verdacht auf Zöliakie ein Bluttest und eine anschließende Dünndarmbiopsie durchgeführt: „Das Blut wird auf Zöliakie-typische Antikörper untersucht. Deuten die Werte auf eine Zöliakie hin, bringt eine Magenspiegelung mit Probenentnahme aus dem Dünndarmarm Sicherheit“, erklärt Dr. Baas. Der Patient müsse sich jedoch unbedingt bis zur Diagnose glutenhaltig ernähren. Eine vorsorglich glutenfreie Ernährung verfälsche das Ergebnis.

Ein genetischer Test kann eine Zöliakie nicht bestimmen, jedoch zumindest ausschließen. „Leider werden manchmal immer noch Untersuchungen wie Stuhl- oder Speicheltests durchgeführt, die aber keine zuverlässigen Ergebnisse liefern“, warnt Dr. Baas. Ebenso wenig können Schnelltests aus der Apotheke oder IgG4-Allergietests, die bei Verdacht auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten eingesetzt werden, eine Zöliakie anzeigen.



„Die falsche Diagnose aufgrund solcher Tests kann für den Betroffenen gravierende Folgen haben“, betont die Medizinerin. „Werden Betroffene nicht durch eine glutenfreie Ernährung behandelt, setzt sich die Entzündung im Dünndarm fort und kann weitere Erkrankungen wie Typ-1-Diabetes, Laktoseintoleranz, Schilddrüsenerkrankungen oder Nahrungsmittelallergien hervorrufen. Ernähren sich gesunde Menschen aufgrund einer falschen Diagnose oder rein vorsorglich glutenfrei, kann auch dies zu Fehlernährung und Mangelerscheinungen führen.“

Um behandelnden Ärzten die Diagnose zu erleichtern, hat die Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen e.V. (DGVS) im vergangenen Jahr eine verbindliche Leitlinie zur richtigen Behandlung von Zöliakie in Deutschland herausgegeben.

Mit Fragen und für weitere Informationen über Zöliakie und ihre Diagnostik können sich Interessierte an die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. wenden: [www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de).

**Weitere Informationen bei:**

DZG – Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.

Bianca Maurer, Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 0711 - 45 99 81-12

E-Mail: [bianca.maurer@dzg-online.de](mailto:bianca.maurer@dzg-online.de)

[www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de)



## **Zöliakie: Vielfalt der Symptome erschwert die Diagnose**

### **Ein Facharzt kennt Symptome und sichere Diagnostik**

Zöliakie ist das Chamäleon unter den Krankheiten. Bei der Glutenunverträglichkeit sind kaum zwei Krankheitsfälle identisch. Die Aufnahme von Gluten, das in Getreide wie Weizen, Gerste, Roggen oder Dinkel vorkommt, führt bei den Betroffenen zu Entzündungen im Dünndarm. Dadurch bilden sich die Dünndarmzotten zurück, über die der Körper Nährstoffe aufnimmt. Die Folge sind Mangelerscheinungen, die sich in vielfältigen Symptomen äußern können. Diese weisen nicht eindeutig auf die Erkrankung hin und erschweren Betroffenen häufig den Weg bis zur sicheren Diagnose. Die kann nur ein Facharzt anhand eines Bluttests mit anschließender Biopsie zuverlässig stellen.

Die klassischen Symptome der Zöliakie sind Durchfall und Bauchschmerzen. Doch sie treten längst nicht bei jedem Betroffenen auf. Stattdessen gibt es zahlreiche weitere Symptome, die sich infolge von Mangelerscheinungen einstellen können. „Bei Kindern sind es häufig Eisenmangel, Wesensveränderungen oder stagnierendes Wachstum“, erklärt Dr. Stephanie Baas, medizinische Beraterin der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG). „Bei Erwachsenen können dagegen Schlaflosigkeit, Müdigkeit, Osteoporose, Depressionen oder sogar Unfruchtbarkeit mögliche Folgen einer unbehandelten Zöliakie sein.“ Die Symptome können sich auch im Verlauf der Krankheitsgeschichte verändern. Sie müssen nicht vollständig oder gleichzeitig auftreten. Nach Angaben der DZG weisen nur etwa 10 bis 20 Prozent der Betroffenen typische Symptome auf. 80 bis 90 Prozent haben untypische oder gar keine Symptome. Sie wissen oft nichts von ihrer Erkrankung.

„Beobachtet man Beschwerden oder ein Unwohlsein über einen längeren Zeitraum, sollte eine Zöliakie in Erwägung gezogen und der Hausarzt darauf angesprochen werden“, rät Dr. Baas. Die Diagnose stellt dann ein Gastroenterologe, der Spezialist für Magen-Darm-Erkrankungen, anhand eines Bluttests in Kombination mit einer Dünndarmbiopsie. „Dies ist die einzige Möglichkeit, Zöliakie sicher zu diagnostizieren. Wichtig ist, dass der Patient sich bis zur Diagnose normal ernährt und glutenhaltige Lebensmittel zu sich nimmt. Ernährt er sich vorsorglich glutenfrei, wird dies die Testergebnisse verfälschen.“



Weitere Informationen und Beratung zu Zöliakie, ihren Symptomen und der Diagnose erhalten Interessierte bei der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. unter [www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de).

**Weitere Informationen bei:**

DZG – Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.

Bianca Maurer, Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 0711 - 45 99 81-12

E-Mail: [bianca.maurer@dzg-online.de](mailto:bianca.maurer@dzg-online.de)

[www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de)



## Diagnose Zöliakie – und dann?

### Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG) berät und unterstützt Betroffene

Wer die Diagnose Zöliakie erhält, dem gehen viele Fragen im Kopf herum: Was darf ich essen? Woher bekomme ich glutenfreie Lebensmittel? Wo kann ich außer Haus essen? Was passiert, wenn ich versehentlich Gluten zu mir nehme? Bei der Nahrungsmittelunverträglichkeit gegenüber Gluten müssen sich Betroffene streng glutenfrei ernähren. Dies ist die einzig mögliche Therapie. Das Klebereiweiß Gluten ist in Getreidesorten wie Weizen, Gerste, Roggen und Dinkel enthalten. Bei der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. finden Betroffene Hilfestellung, Unterstützung und Beratung für ihren Alltag mit Zöliakie und einen sinnvollen Umgang mit der Erkrankung.

Dr. Stephanie Baas ist medizinische Beraterin der DZG und beantwortet Anfragen in der telefonischen Arzt-Sprechstunde der DZG. Sie erklärt, welche Informationen für Neubetroffene besonders wichtig sind: „Zunächst einmal ist entscheidend, dass die Diagnose durch einen Facharzt anhand eines Bluttests in Kombination mit einer Dünndarmbiopsie gestellt wurde“, erklärt die Medizinerin. „Nur dann ist die Diagnose sicher. Auf Selbsttests aus der Apotheke oder andere Testverfahren können sich Patienten nicht verlassen.“

Steht die Diagnose fest, müssen Betroffene lernen, sich ausschließlich glutenfrei zu ernähren. Dafür empfiehlt es sich, in der Anfangszeit eine Ernährungsberatung in Anspruch zu nehmen: „Gluten steckt in vielen Lebensmitteln, in denen man es zunächst nicht vermutet. Es kann beispielsweise auch in Soßen, Suppen, Glühweingewürz und auch in Medikamenten und Kosmetik vorkommen“, so Dr. Baas. „Für eine erfolgreiche Behandlung und ein beschwerdefreies Leben, müssen die Betroffenen lernen, welche Lebensmittel Gluten enthalten und worin es sich verstecken kann.“ Darüber hinaus sei es wichtig, zu wissen, wie glutenhaltige Lebensmittel ersetzt werden können, damit eine ausgewogene Ernährung gewährleistet ist und keine Mangelerscheinungen auftreten.

Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft stellt jährlich aktualisierte Listen glutenfreier Lebensmittel und Arzneimittel zur Verfügung, die Betroffenen einen guten Überblick



verschaffen. Weitere Informationen zu den Angeboten und Beratungsmöglichkeiten der DZG finden Interessierte unter [www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de).

**Weitere Informationen bei:**

DZG – Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.

Bianca Maurer, Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 0711 - 45 99 81-12

E-Mail: [bianca.maurer@dzg-online.de](mailto:bianca.maurer@dzg-online.de)

[www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de)