

# Zöliakie und Dermatitis herpetiformis Duhring – gut zu wissen

**WZT-Aktionswoche 2019**



- Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. ist der bundesweite Selbsthilfeverband für Menschen mit Zöliakie und Dermatitis herpetiformis Duhring.
- Zöliakie ist eine Autoimmunerkrankung, die von einer lebenslangen Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten hervorgerufen wird. Es handelt sich dabei um keine Lebensmittelallergie!
- Gluten ist ein Eiweiß, das in heimischen Getreidesorten Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste vorkommt.
- Mit der Aufnahme von glutenhaltigen Speisen oder Getränken wird bei Zöliakie-betroffenen die Dünndarmschleimhaut beschädigt.
- Jeder 100. Deutsche ist von Zöliakie betroffen.
- Nur 10 bis 20% der Betroffenen weisen die typischen Symptome auf.
- Dermatitis herpetiformis Duhring ist eine Manifestation der Zöliakie auf der Haut.
- Die durchschnittliche Dauer zwischen Ausbruch der ersten Symptome und Diagnose beträgt 13 Jahre.
- Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. hat bereits mehr als 40.000 Mitglieder.
- In herkömmlichen Broten und Brötchen, in Nudeln, Müsli, Kuchen und Keksen sowie Produkten, die aus Mehl hergestellt sind, ist immer Gluten enthalten. Gluten ist aber auch häufig als unerwartete Zutat in gebundenen Soßen, Suppen, Fertiggerichten, Wurst/Würstchen, Eis, Süßwaren und Gewürzmischungen enthalten.
- Die einzige Behandlungsmöglichkeit einer Zöliakie ist eine lebenslange glutenfreie Ernährung.
- Wenn die glutenfreie Ernährung nicht eingehalten wird, steigt das Risiko für Begleiterkrankungen wie Lactoseintoleranz, Osteoporose, Zahnschmelzdefekte, Blutarmut und weitere Mangelerscheinungen. Selbst kleine Mengen an Gluten können neue Entzündungen im Dünndarm hervorrufen und damit das Risiko für weitere Krankheiten erhöhen.
- Glutenfreie Lebensmittel können durch Brotkrümel in Toastern, in der Marmelade oder Butter, auf Messern, Schneidbrettern und anderen Utensilien kontaminiert werden.
- Zöliakie ist vererbbar. Studien zeigen, dass bei einem zöliakiebetroffenen Familienmitglied die Wahrscheinlichkeit für eine weitere Zöliakieerkrankung bei Verwandten ersten Grades bei 1:10 liegt.
- Menschen, die an einem Reizdarmsyndrom leiden, können womöglich an einer nicht diagnostizierten Zöliakie leiden. Bei 20% der Reizdarmpatienten wurde später eine Zöliakie diagnostiziert.

### Weitere Informationen:

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

Telefon: 0711/ 45 99 81-0