

Glutén – szenzitív enteropathia

A lisztérzékenység a vékonybél krónikus felszívódási zavarához vezető betegsége, melyet a glutén gabonafehérje idéz elő. A felszívódási zavarok heves hasmenéseket, puffadást, fogyást, gyengeséget, vashiányos anaemiát, fehérvérhiányos állapotot, csonttritkulást, menstruációs zavarokat okozhatnak.

A betegség diagnosztizálása a bélnyálkahártya szövettani vizsgálataival, illetve vérvizsgálattal történik.

A gyermekkorban tipikus tünetekkel jelentkező coeliákia diagnosztizálása 1 éves kor körül zajlik. Felnőtt korban is egyre gyakrabban ismerik fel ezt a betegséget.

A lisztérzékenységben szenvedő betegnek egy életen keresztül speciális diétát kell tartani, ami nem könnyű. A diétás termékek drágák, s választékuk nem túl bő.

A megfélelő étrend betartása nélkül nő a rosszindulatú béldaganat kockázata.

Az étrendről

Glutén tartalmaznak az alábbi gabonafélék, így fogyasztásuk tilos:

- búza
- árpa
- rozs
- zab

Glutént nem tartalmaznak, így szabadon fogyaszthatók:

- rizs
- rizsliszt
- kukoricaliszt
- kukoricakeményítő
- burgonyakeményítő
- sárgaborsó liszt
- szójaliszt

Nagyon fontos, hogy a lisztérzékeny beteg ételle ne érintkezzen búzaliszttel. Külön gyúrófényt, kenyéripirtót kell biztosítani számára. A külön ételkészítés nem biztos, hogy jó, mivel a betegségűdat nőhet, ezért ha megoldható, az egész család azt egye, amit diétásan készítenek el.

Glutént tartalmazhatnak az alábbi termékek:
Instant kakaó, kávé, penészes sajtok, bolti-zacsós kakaó, whisky, vodka, sör.

A Lisztérzékenyek Érdekképviseletének Egyesülete:

1025 Budapest, Palánta u. tel.: 326-0770

Címek, ahol a diétás termékek beszerezhetők:

- Dunakenyér Sütőipari és Ker. Rt.
Dunaharaszti tel.: 06-24-370-031

- Diéta Bt
Békés tel.: 06-66-415-688

- Szeged GKI
Szeged tel.: 06-62-435-235