

# Zöliakie

Autor:



**heilpraktikerkurse.de**  
EIN ANGEBOT VON EXAMIO UND HAUG

## Zöliakie

Zum Krankheitsbild Zöliakie werden die Ursachen und Symptome aufgeführt wie auch die diagnostischen, schulmedizinischen und naturheilkundlichen Maßnahmen.

---



### HINWEIS

#### Zöliakie

Bei der Zöliakie (Synonyme: glutensensitive Enteropathie, einheimische Sprue) handelt es sich um eine autoimmunologisch vermittelte **Unverträglichkeit** gegen das Weizenkleberprotein **Gluten**.



### MERKE

#### Leitsymptome bei Zöliakie

- Durchfall
- Übelkeit und Erbrechen
- Müdigkeit und Antriebschwäche
- Misslaunigkeit und Reizbarkeit
- vorgewölbter Bauch

## Pathophysiologie

Das Weizenkleberprotein **Gluten** kommt in fast allen Getreidesorten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Grünkern und Dinkel) vor. Durch eine Kombination aus allergischer und autoimmunologischer Reaktion kommt es zu einer **chronischen Entzündungsreaktion** in der Darmschleimhaut; diese hat einen **Abbau der Dünndarmzotten** (Atrophie) zur Folge. Dadurch kommt es zu Malabsorption und Laktasemangel mit Laktoseintoleranz.

Die genaue Ursache der Erkrankung ist nicht endgültig geklärt; eine genetische Disposition wird angenommen. Die Erkrankungshäufigkeit steigt mit dem Alter.

## Symptome

Im Vordergrund steht eine deutliche Beeinträchtigung des **Allgemeinbefindens**. Die Patienten sind müde; vor allem Kinder sind häufig ausgesprochen weinerlich und reizbar. Die Patienten haben chronische **Durchfälle** mit voluminösen, breiigen und übelriechenden Stuhlgängen, **Bauchschmerzen** und **Blähungen**. Im Verlauf treten die typischen **Mangelscheinungen** infolge der Malabsorption in den Vordergrund. Wenn sich die Erkrankung im Kindesalter manifestiert, kommt es häufig zu **Gedehstörungen**.

Die Patienten können auch Symptome außerhalb des Magen-Darm-Trakts aufweisen. Hierzu zählen juckende rötlich-erhabene **Hautveränderungen** sowie Gelenkentzündungen (Arthritiden) und Leberentzündungen (Hepatitis).

Eine Spätkomplikation ist die Entwicklung maligner Lymphome im Dünndarm.

## Diagnostik

Die Verdachtsdiagnose wird anhand von Anamnese und klinischem Befund gestellt. Typisch ist ein geblähtes, **ausladendes Abdomen**. Klassische Zeichen einer Gedeihstörung bei Kindern sind das **Tabaksbeutelgesäß** und **magere Extremitäten** mit einem schlaffen Muskeltonus.

**Blutuntersuchungen** mit Nachweis der Autoantikörper können den Verdacht untermauern: Besonders spezifisch sind Autoantikörper gegen die Gewebstransglutaminase (**Anti-Transglutaminase-Antikörper**) und das Endomysium (**Anti-Endomysium-Antikörper**). Endgültig gesichert wird die Diagnose durch eine Endoskopie mit **Dünndarmbiopsie**.

## Schulmedizinische Therapie

Die Patienten müssen lebenslang auf **glutenhaltige Nahrung verzichten**. Unter dieser **Eliminationsdiät** heilt die Entzündung i. d. R. ab und die Patienten werden innerhalb weniger Wochen beschwerdefrei. Wenn sich eine Laktoseintoleranz entwickelt hat, sollten Milchprodukte v. a. zu Beginn der Behandlung ebenfalls gemieden werden. Bei Malabsorption werden die fehlenden Mineralstoffe und Vitamine **substituiert**.

### Glutenhaltige und -freie Nahrungsmittel.

Gluten	Nahrungsmittel
glutenhaltig	Getreide in Brot, Nudeln, Backwaren, Bier, Malzgetränken (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Grünkern, Dinkel) glutenhaltige Fertigprodukte (z. B. Soßen, Konserven, Wurstwaren, Pudding)
glutenfrei	Mais, Reis, Hirse, Kartoffeln, reine Stärke, Buchweizen, Sojamehl, Tapioka (Stärke aus der Maniokwurzel), Zucker, Obst, Gemüse, Fleisch, Fett

## Naturheilkundliche Therapie

**Ernährungstherapie:** Der Verzicht auf glutenhaltige Nahrungsmittel (s.o.) ist Voraussetzung einer sinnvollen Behandlung. Oft empfiehlt sich die parenterale Substitution fehlender Mineralstoffe und Vitamine. Liegt eine Enzymschwäche vor, ist eine Enzymsubstitution indiziert. Um die geeignete Ernährung zusammenzustellen, kann Ernährungsberatung sinnvoll sein.

**Homöopathie:** Folgende Konstitutionsmittel können angezeigt sein – Calcium carbonicum, China, Lycopodium, Causticum, Magnesium carbonicum, Magnesium muriaticum, Mercurius solubilis, Natrium muriaticum, Natrium sulfuricum, Nux vomica, Phytolacca, Psorinum, Pulsatilla. Charakteristische Allgemein- und Gemütssymptome können allerdings auch auf ein anderes Mittel verweisen.

**Mikrobiologische Therapie:** Erfahrungsgemäß liegt häufig eine Darmdysbiose vor, die eine mikrobiologische Therapie erforderlich macht. Eine geschädigte Darmflora kann die Entstehung der Malassimilation begünstigen. Um den Aufbau einer physiologischen, verdauungsfördernden Darmflora zu unterstützen, ist die Verordnung mikrobiologischer Präparate bzw. eine antimykotische Therapie sinnvoll.

**Phytotherapie:** Tonisierende, bitterstoffhaltige Pflanzen wie z.B. Enzianwurzel und Tausendgüldenkraut fördern die Sekretion der Verdauungssäfte und wirken allgemein tonisierend auf

den Magen-Darm-Trakt. Man verwendet sie als Tinktur bzw. Tee oder wählt ein Fertigpräparat.

<https://www.heilpraktikerkurse.de>

Stand: 20.09.2019