

„Man spricht vom ‚Eisberg der Zöliakie‘“

Interview mit Kindergastroenterologin PD Dr. Anjona Schmidt-Choudhury

Köche anzuleiten, glutenfreie Gerichte zuzubereiten – eine so gute wie naheliegende Idee (siehe nebenstehende Seite). Angeregt wurde das Seminar „Sorglos schlemmen – glutenfrei kochen in der Gastronomie“ von PD Dr. Anjona Schmidt-Choudhury, Leiterin der Abteilung Pädiatrische Gastroenterologie an der Bochumer Universitätskinderklinik. forum-bochum-Redakteur Dr. Nils Rimkus sprach mit ihr darüber, was die Diagnose „Zöliakie“ für Betroffene und ihre Familien heißt.

Was sind die Gründe für Ihr Engagement im Themenfeld Zöliakie?

Ich betreue seit Jahren Kinder und Jugendliche mit Zöliakie und habe über den Freundeskreis meiner Kinder ebenfalls engen Kontakt zu Betroffenen. Ich kenne deren alltägliche Probleme und bin der Meinung, dass dringend Abhilfe geschaffen werden muss. Denn in anderen europäischen Ländern ist das Leben für die Patienten einfacher – wenn es dort funktioniert, warum nicht auch hier in Deutschland?

Welche Schwierigkeiten im Alltag gibt es für Eltern von betroffenen Kindern und den jungen Betroffenen selbst?

Am Anfang ist es sehr schwer, sich in „erlaubte und nicht erlaubte Nahrungsmittel“ einzudenken, das Einkaufen dauert sehr viel länger, ist teurer, das Kochen ist komplizierter, neue Rezepte müssen ausprobiert werden, damit es schmackhaft ist: Die Klebersubstanz des Getreides, der „Weizenkleber“ fehlt bei glutenfreier Nahrung, weshalb das Essen oft sehr trocken ist, insbesondere Gebackenes wie Brot oder Kuchen.

Wie sieht es mit Restaurantbesuchen aus?

Es ist meist nicht möglich, spontan irgendwo essen zu gehen, da die Restaurants sich oft nicht auskennen oder das Setting fehlt: die Küche muss ja eine mehl- bzw. getreidefreie Zubereitung garantieren. Auch Urlaube und Klassenfahrten sind ein Problem: Oftmals kennen sich vermeintlich glutenfreie Restaurants oder Hotels dann doch nicht aus. Jugendherbergen oder Schullandheime können „glutenfrei“ meist nicht garantieren. Die Kinder müssen dann einen Extrakoffer mit Lebensmitteln mitnehmen und fühlen sich dann natürlich ausgeschlossen, es ist ihnen peinlich, „anders“ zu sein. Dement-

sprechend stellt auch die Schulübermittagsbetreuung ein Problem dar.

Welche medizinischen Folgen ergeben sich für die Betroffenen – auch Langzeitfolgen?

Die möglichen Folgen bei unerkannter Zöliakie oder Nichteinhalten der Diät sind gravierend. Es kann zu einer Eisenmangelanämie mit Müdigkeit und Leistungsknick kommen oder zu mangelndem Wachstum, die Pubertät kann sich stark verzögern, Bauchschmerzen und Durchfall können auftreten, eine Mangelversorgung mit Vitaminen und Spurenelementen erfolgen. Wird die Diät nicht eingehalten, können als Langzeitfolgen chronische Entzündungen im Darm auftreten, was das Risiko von Nachfolgedarmerkrankungen erhöht.

Wächst die Zahl der Betroffenen, oder führen bessere Tests dazu, dass immer häufiger Zöliakie diagnostiziert wird?

Die Zahl der Betroffenen wächst, warum, weiß man nicht. Auch in unserer Unikinderklinik wächst die Zahl der Patienten. Anteil an den steigenden Zahlen hat aber auch, dass bei ärztlichen Untersuchungen vermehrt an Zöliakie gedacht wird.

Früher war die Erkrankung also nicht im Blickfeld?

Doch, aber früher kam man nur bei ganz ausgeprägter und typischer Symptomatik auf Glutenunverträglichkeit: Wenn das Kleinkind nicht gedieh, wenn es über einen Blähbauch klagte oder weichen Stuhl ausschied. Heute weiß man, dass auch sehr



Engagiert: PD Dr. Anjona Schmidt-Choudhury.
fobo-Bild: Schröder

milde Symptome vorhanden sein können, etwa eine leichte Bauchsymptomatik, eine leichte Anämie o.ä. Man spricht seit einigen Jahren schon vom sog. „Eisberg der Zöliakie“. Die Spitze über dem Wasser repräsentiert die erkannten Fälle, der riesige Unterwasserberg ist die Masse an unerkannten Fällen.

Können Eltern denn nicht selbst herausfinden, ob ihr Kind Gluten nicht verträgt?

Da ist Vorsicht geboten: Eltern sollten nicht aufgrund eines vagen Verdachtes ihre Kinder über Monate einfach so glutenfrei ernähren, da dies die ärztliche Diagnostik erschwert!

Was versprechen Sie sich vom Seminar im Restaurant „Franz Ferdinand“, also davon, dass Köche zum glutenfreien Speisenzubereiten ausgebildet werden?

Mein Ziel ist es, für Bochum und Umgebung langfristig etwas zu verändern: Bei „Bochum kulinarisch“ oder beim Zeitfestival Ruhr sollten auch Zöliakiepatienten problemlos schlemmen können. Ich hoffe auch, dass sich einige Restaurantköche entschließen, am Seminar teilzunehmen. Denn verändern sie ihr Angebot, ermöglichen sie Zöliakiekranken, mal spontan etwas essen gehen und bedenkenlos genießen zu können. Wir sind solche Aktionen unseren Patienten schuldig, da sie dies natürlich alleine nicht auf die Beine stellen können. Ferner sehe ich diese Aktion als Pilotaktion, von der aus es zu Multiplikatoren kommen soll. Für die Köche und die Restaurants ist es außerdem eine gute Werbung, wenn sie glutenfreie Speisen anbieten können.

➤ Info: Zöliakie

Zöliakie ist eine chronische Erkrankung des Dünndarms. Sie wird hervorgerufen, wenn Menschen, die eine größtenteils erblich bedingte Überempfindlichkeit gegen das Klebereiweiß Gluten aufweisen, glutenhaltige Nahrungsmittel zu sich nehmen. Dies ruft Entzündungen der Dünndarmschleimhaut hervor, weshalb Nährstoffe schlecht aufgenommen und unverdaut im Darm verbleiben. Das Krankheitsbild ist vielfältig und kann u.a. die oben genannten Symptome zeigen. Rund jeder 250. Deutsche ist von Zöliakie betroffen, wobei die Zahl der diagnostizierten Fälle in den letzten Jahren stark gestiegen ist.