

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Glutenallergie (Zöliakie)

F: Ich merke immer mehr, dass ich Getreide sehr schlecht vertrage. Jemand sagte mir, dass es eine Glutenallergie sein könne. Was ist das genau?

A: Die Kleber-Eiweisse in Getreiden wie Weizen, Dinkel, Roggen, Hafer und Gerste sind für den menschlichen Darm ziemlich unverdaulich. Es kann zur Bildung von Antikörpern gegen dieses Gluten und im nächsten Schritt gegen die eigene Dünndarmschleimhaut kommen. In diesem Sinne ist die Zöliakie bereits eine Autoimmunerkrankung.

F: Was ist das?

A: Das sind Erkrankungen, wo der Körper eigene Zellen angreift und zerstört. Das geht einen Schritt weiter als bei der Allergie. Andere Beispiele sind bestimmte rheumatische Erkrankungen, die multiple Sklerose, der Typ-I-Diabetes und die mittlerweile sehr bekannte Hashimoto-Schilddrüsenentzündung. Die beiden letzteren werden auch mit einer Glutenunverträglichkeit in Verbindung gebracht wird.

F: Welche Anzeichen hat eine Zöliakie?

A: Typische sind chronische Durchfälle, auch im Wechsel mit Verstopfung, Bauchschmerz, Blähungen, Gewichtsverlust und Müdigkeit. Sie kann sich aber auch hinter vielen anderen Beschwerden verstecken wie viele Infekte, Kopf-, Knochen- und Gelenkschmerzen, Osteoporose, Aphten und Hormonstörungen.

F: Wie kommt das?

A: Der Dünndarm ist der längste und wichtigste Teil unseres Verdauungssystems, weil dort die Nährstoffe aufgenommen werden. Wenn das nicht mehr ausreichend geschieht, entsteht trotz guter Ernährung ein Mangel mit entsprechend oft erst langfristig auftretenden Symptomen.

F: Wie kann die Krankheit festgestellt werden?

A: Es gibt bestimmte Bluttests sowie die Entnahme einer Gewebeprobe aus dem Dünndarm. Es geht vor allem um die Ausprägung – die Grenzen zu Reizdarm und Nahrungsmittelunverträglichkeit sind fließend. In kinesiologischen Tests gibt es übrigens fast niemanden, der Weizen, das Getreide mit dem höchsten Gluten-Anteil, verträgt. Und durch den intensiven Anbau hat der Dinkel auch schon fast gleichgezogen.

F: Soll ich dann eine Diät machen und gibt es Heilung?

A: Das kann erst einmal sinnvoll und entlastend sein. Auf die Dauer ist es nicht einfach, weil unsere Ernährung sehr „getreidelastig“ ist und sich Gluten in vielen Nahrungsmitteln versteckt. Schulmedizinisch gibt es keine Therapie. Die reine Vermeidung bringt natürlich keine Heilung. Ganzheitlich sind Autoimmunerkrankungen kein leichtes Thema. Es gibt aber bestimmte homöopathische Mittel, die Lanthanide, die besondere Heilkräfte für diese modernen Krankheiten haben. Das braucht jedoch sowohl Zeit als auch einen sehr erfahrenen Behandler.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie