

## Gluten-Unverträglichkeit ohne Zöliakie

### Diagnosemöglichkeit der Gluten-Intoleranz?

Zöliakie ist eine Erkrankung der Dünndarmschleimhaut, die durch glutenhaltige Getreidesorten ausgelöst wird. Gluten gibt dem Mehl seine „guten“ Backeigenschaften. Symptome der Zöliakie sind Übelkeit, Blähungen, Durchfälle, Darmkrämpfe, Gewichtsverlust, Nährstoffmangel, Leistungsknicks, Depressionen und bei Kleinkindern Gedeihstörungen. Immunologische Reaktionen auf Gluten richten sich gegen den eigenen Dünndarm. Glutenhaltige Nahrungsmittel müssen konsequent vermieden werden. Ohne Diät können die Patienten an Lymph- und Dickdarmkrebs oder Diabetes erkranken. Die Häufigkeit der Zöliakie liegt bei 1:200-500 in der Bevölkerung.



Alternative zu Gluten haltigen Getreidesorten: Hirse

Die Diagnose wird erstens durch eine positive Blutuntersuchung auf bestimmte Antikörper und zweitens eine Darmspiegelung mit positiver Gewebeprobe gestellt. Die dritte Säule der Diagnose ist die Besserung durch eine Gluten freie Ernährung. Die schädlichen Antikörper werden nur vom Immunsystem derjenigen Menschen gebildet, die die genetische Voraussetzung dafür haben. Die Genetik fand heraus, dass kleine Abschnitte auf dem Chromosom Nr. 6 Antigene bilden, die DQ2, DQ8 oder DR4 genannt werden. Etwa 20% der Bevölkerung können diese Stoffe bilden. Erst wenn sie sich mit Gluten verbinden, wird dieses zu einem Immungift für Träger dieser Erbanlage. Wer diese Genbesonderheit hat, also jeder fünfte Mensch, kann an Zöliakie erkranken. Nicht jeder Anlageträger erkrankt - wäre dies der Fall, hätte jeder Fünfte Zöliakie. Deswegen ist die genetische

Untersuchung nicht Teil der Routinediagnostik. Umgekehrt haben 99-100% der Erkrankten diese Anlage. Nun gibt es Patienten mit Darmbeschwerden, Durchfällen, Reizdarm, aber auch mit Vitamin-Mangelzuständen infolge verminderter Aufnahme durch einen gestörten Darm. Die übliche Zöliakie-Diagnostik zeigt aber negative Antikörper. Dem Patienten wird gesagt, er könne weiter sein Brot und Getreidemüsli essen. Das kann für manche Patienten fatal sein. Die gestörte Aufnahme von Vitaminen führt zu chronischer Müdigkeit, Leistungsverlust, verminderter Ausdauer und Muskelkraft. Ursache könnte eine Gluten-Unverträglichkeit außerhalb der klassischen Zöliakie sein. Wie könnte man dies erforschen? Bei der Zöliakie wird die Aufnahme des Vitamins B12 vermindert. Ein Zusammenhang mit Vitamin B3 scheint bisher noch nicht untersucht zu sein.

Hauptquellen für Vitamin B3 sind die Getreidesorten, die Gluten enthalten. Somit ist denkbar, dass Menschen mit Gluten-Unverträglichkeit (aber ohne Zöliakie) einen Mangel an Vitamin B3 aufweisen, weil das zeitgleich aufgenommene Gluten die Resorption verhindert. Vitamin B3 spielt eine Rolle im Energiestoffwechsel und für die

chen Vitamin-B3-Wert von 13,5 µg/l (Range: 5,5-29), wohingegen 13 genetisch negative Patienten einen durchschnittlichen B3-Wert von 26,3 µg/l (Range: 10-67,3) aufwiesen – Normalbereich: 20-100 µg/l. Hypothese: Gluten-Unverträglichkeit führt bei Trägern der Zöliakie-Gene zu Darmsymptomen und/oder Erkrankun-



Glutenfreie Speziallebensmittel erhielt man bisher fast nur in Reformhäusern, inzwischen findet man sie auch in Supermärkten von Handelsketten.

Hautgesundheit. Ein Mangel führt zu „rauer Haut“ (Pellagra). Ich habe Patienten mit vermuteter Gluten-Unverträglichkeit oder Verdacht auf Vitamin B3-Mangel untersucht. Das waren Patienten mit chronischen Darmproblemen, Energiemangel oder Hautstörungen. Auf die klassische Zöliakie-Diagnostik wurde verzichtet, da sie meistens negativ ist. Es wurde versucht, einen Zusammenhang zwischen der genetischen Veranlagung und dem Vitamin B3 aufzustellen. Ergebnis: Neun genetisch positive Patienten hatten einen durchschnittlichen

gen durch Vitaminmangelzustände, ohne dass eine klassische Zöliakie besteht. Wegen der Bedeutung der bisher nicht entdeckten Ursachenzusammenhänge für die Gesundheit der Bevölkerung und für die volkswirtschaftlichen Kosten sollten kontrollierte wissenschaftliche Untersuchungen mit größeren Patientenzahlen durchgeführt werden.

Manfred van Treek - Viernheim  
Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren,  
Umweltmedizin  
[www.praxisvantreek.de](http://www.praxisvantreek.de)