

Celiakia

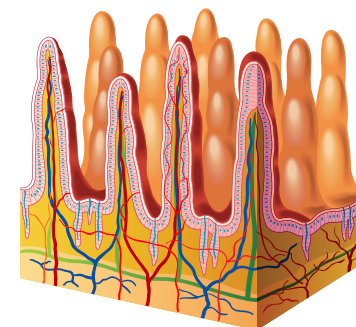
Trwała nietolerancja glutenu



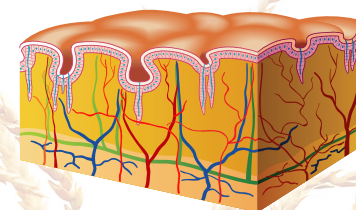
Co to jest celiakia?

Celiakia (choroba trzewna) to choroba polegająca na trwałej nietolerancji glutenu czyli białka najpopularniejszych zbóż: pszenicy, żyta, jęczmienia. Nieleczona celiakia prowadzi do występowania u Ciebie zaburzeń trawienia i wchłaniania substancji odżywczych w jelicie cienkim. Dzieje się tak, ponieważ działający toksycznie na chorego gluten powoduje wytwarzanie przeciwciał w Twoim organizmie, które niszczą kosmki jelitowe czyli wypustki błony śluzowej.

Dlatego celiakia jest chorobą autoimmunologiczną, swoim działaniem niszczy nasz organizm. Kosmki jelitowe są odpowiedzialne za wchłanianie składników odżywczych. Uszkodzenie ich lub zanik utrudnia przyswajanie mikroelementów i witamin. W efekcie zniszczone jelito cienkie i niedożywienie, powodują występowanie bardzo wielu dolegliwości. Konsekwencje niedoborów substancji odżywczych są dla organizmu bardzo niebezpieczne.



**normalne zdrowe
kosmki jelitowe**



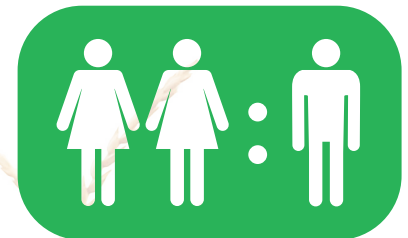
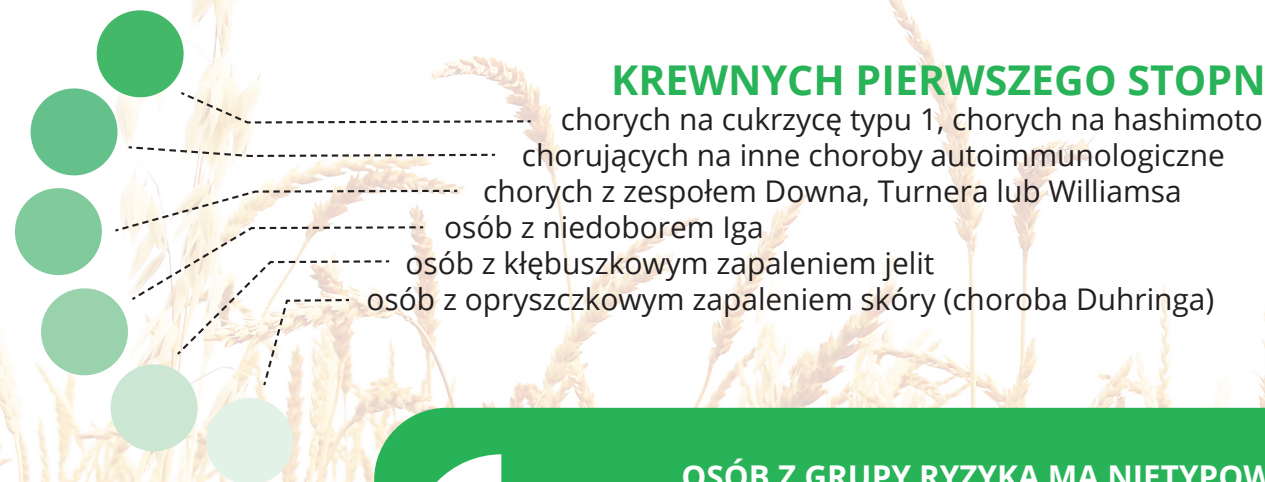
**celiakia
zanik kosmków**

Celiakia - występowanie

Celiakia występuje w co 8 rodzinie w Polsce. Oznacza to, że ponad 400 tysięcy osób w Polsce choruje na celiakię. Świadomość diagnostyczna choroby jest bardzo niska - tylko 5% chorych wie o swojej chorobie i stosuje odpowiednią kurację. Osoby, które nie wiedzą o swojej chorobie, nie mogą myśleć o skutecznej kuracji i pozbyciu się dolegliwości. Nawet tych które nie są związane z układem gastrycznym. Celiakia dwukrotnie częściej występuje u kobiet.

ZWIĘKSZONE RYZYKO ZACHOROWANIA NA CELIAKIĘ WYSTĘPUJE U:

KREWNYCH PIERWSZEGO STOPNIA



DWUKROTNIĘ CZĘŚCIEJ U KOBIET



**OSÓB Z GRUPY RYZYKA MA NIETYPOWE
OBJAWY, KTÓRYCH NIE ŁĄCZĄ Z CELIAKIĄ.**

Od czasu wykrycia i rozpoczęcia leczenia celiakii
nie będą mogli prowadzić skutecznej kuracji

Trzy typy celiakii oraz jej objawy

Pełnoobjawowa

często nazywana jawną ponieważ jej objawy są najbardziej charakterystyczne i widoczne. Najczęściej występuje u dzieci, kobiet w ciąży i osób starszych.

Typowe objawy celiakii pełnoobjawowej to m.in:

- ból brzucha,
- wymioty,
- niedożywienie,
- biegunki,
- utrata apetytu,
- bóle głowy,
- problemy skórne

Skąpoobjawowa

lub celiakia niema, swoją nazwę zawdzięcza nietypowym objawom, często poza brzuszny, które mogą występować nieregularnie, a nawet przypominać inne choroby.

Objawy na które należy zwrócić uwagę: zaburzenia neurologiczne, anemia, problemy ze szklivem, zaburzenia miesiączkowania, zaburzenia zachowania i huśtawki nastrojów, zaburzenia libido

Ukryta

to typ celiakii utajonej, która nie daje żadnych objawów pomimo występowania genu DQ2 i/lub DQ8 oraz przeciwciał w krwi.

Celiakia ukryta uaktywnia się pod wpływem silnego bodźca zewnętrznego np. stresu, ciąży lub zawału. Ten rodzaj celiakii to przeważenie wstęp do celiakii objawiającej się w sposób destrukcyjny.

Celiakia częste objawy

Jama ustna

- Brzydki oddech
- Chore dziąsła
- Owrzodzenia
- Opuchlizna
- Erozja szkliwa
- Afty

Gastryczne

- Refluxy żołądkowe
- Wzdęcia
- Zaparcia
- Nudności
- Biegunka
- Zaburzenia apetytu
- Ból brzucha
- Smierzące gazy

Skóra

- Trądzik
- Siniakia
- Łamliwe paznokcie
- Łupież
- Egzema/AZS
- Bładość
- Wysypki i swędzenie
- „nieproszeni goście”

Psychika

- Niepokój
- Depresja
- Drażliwość
- Lęki
- Burzliwy nastrój
- Huśtawka nastrojów
- Panika
- Irytacja

Mięśnie i ścięgna

- Ataksja
- Ból pleców
- Stany zapalne
- Skurcze
- Obrzęki
- Palące uczucie
- Ból nieznanego pochodzenia

Niedobory

- Żelazo, kwas foliowy
- Magnez i wapno
- Witaminy B12 i D

Problemy kobiece

- Czułość piersi
- Wczesna menopauza
- Niepłodność
- opuchlizna pęcherza
- Poronienia
- Huśtawka hormonów

Inne częste objawy

- Astma, chroniczne zmęczenie
- zawroty głowy, wahania wagi
- wypadanie włosów, bóle głowy
- Nadmierna potliwość, drgawki
- wachania ciśnienia, kaszel,
- niski cukier, problemy ze snem,
- migreny, złe samopoczucie

Celiakia to choroba, która u każdej osoby może objawiać się w inny sposób. To duże utrudnienie przy diagnozowaniu choroby



Kto może zachorować na celiakię?

Żeby zachorować na celiakię trzeba mieć do tego predyspozycje.
To choroba genetyczna, więc tylko osoby posiadające zestaw genów odpowiadających za celiakię mogą na nią zachorować

HLA-DQ2

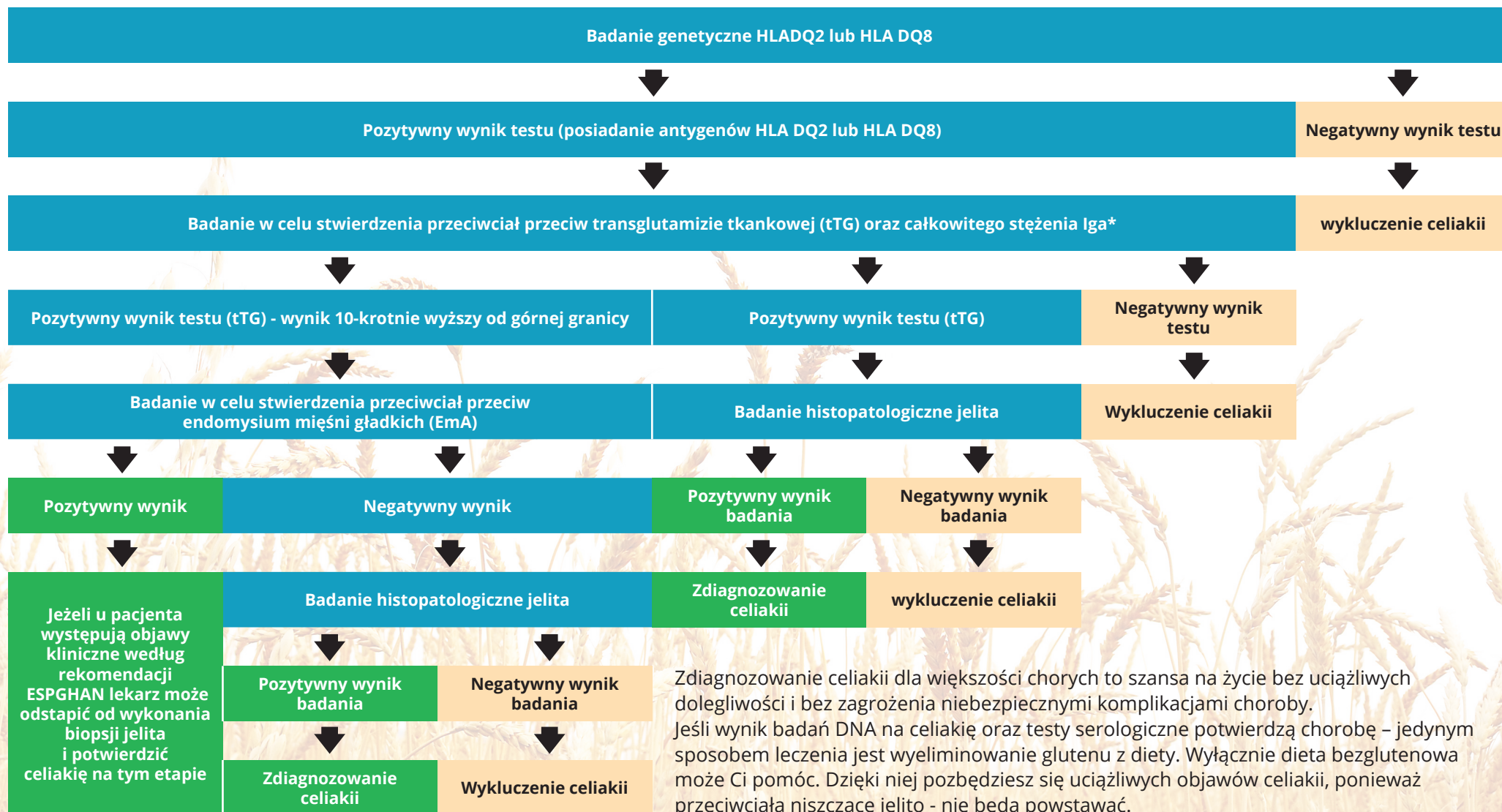
Ten gen posiada 90-95% chorych

HLA-DQ8

Ten gen posiada 5-10% chorych

Brak tych genów oznacza,
że nie można zachorować na celiakię
Wykluczenie tych genów oznacza wykluczenie choroby

Celiakia - rekomendowana diagnostyka



Zdiagnozowanie celiakii dla większości chorych to szansa na życie bez uciążliwych dolegliwości i bez zagrożenia niebezpiecznymi komplikacjami choroby. Jeśli wynik badań DNA na celiakię oraz testy serologiczne potwierdzą chorobę – jedynym sposobem leczenia jest wyeliminowanie glutenu z diety. Wyłącznie dieta bezglutenowa może Ci pomóc. Dzięki niej pozbędziesz się uciążliwych objawów celiakii, ponieważ przeciwciała niszczące jelito - nie będą powstawać.

* w celu określenia czy występuje niedobór IgA. Jeżeli tak, badanie należy przeprowadzić w klasie IgG

Celiakia wskazanie do badań

Celiakia to choroba która może wpłynąć na każdy aspekt naszego życia
Jeżeli pojawiły się u nas problemy zdrowotne, warto wziąć ją pod uwagę

ZWIĘKSZONE RYZYKO ZACHOROWANIA NA CELIAKIĘ WYSTĘPUJE U:



KREWNYCH PIERWSZEGO STOPNIA

chorych na cukrzycę typu 1
chorych na autoimmunologiczne choroby wątroby i/lub tarczycy
chorych z zespołem Downa, Turnera lub Williamsa
osób z niedoborem IgA
osób z nefropatią IgA
osób z opryszczkowym zapaleniem skóry (choroba Duhringa)

NAJWAŻNIEJSZE WSKAZANIA DO BADANIA

- Występowanie typowych objawów
- Hashimoto
- Cukrzyca typu 1
- Anemia
- Wcześniejsze badania w kierunku celiakii

Występowanie nietypowych objawów

- Zła reakcja na spożywane produkty
- Zmiany zdrowotne niezidentyfikowanego pochodzenia

I wiele innych – jeżeli chcesz upewnić się czy twoje objawy mogą być spowodowane celiakią – nasze konsultantki chętnie pomogą

Celiakia - co zrobić gdy ją podejrzewasz?

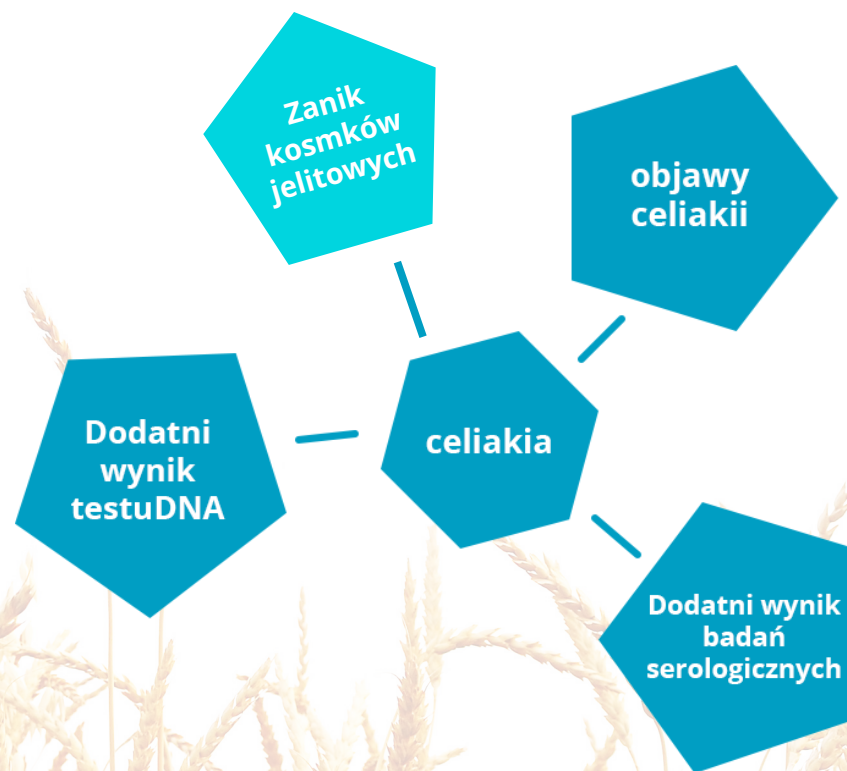
Diagnostykę celiakii najlepiej rozpocząć od badań genetycznych, ponieważ choroba może wystąpić tylko u osób z genami HLA DQ2 i/lub HLA DQ8. To znaczy, jeśli test DNA nie wykryje genu DQ2/DQ8 to nie możesz być chory na celiakię.

Gdy wynik badań DNA na celiakię będzie dodatni ESPGHAN* zaleca dalszą diagnostykę czyli badania przeciwciał.

Jeśli wyniki obu badań będą dodatnie oraz zaobserwowałeś u siebie objawy celiakii według wytycznych Europejskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia z 2012 roku – lekarz może odstąpić od wykonania biopsji jelita cienkiego i potwierdzić celiakię na tym etapie.

Badania DNA na celiakię zaleca się szczególnie dzieciom, ponieważ testy serologiczne nie są wystarczająco skuteczne.

Dodatkowo test DNA na celiakię to jedyne badanie, które możesz wykonać będąc już na diecie bezglutenowej.



Co po badaniu?

Zdiagnozowanie celiakii dla większości chorych to szansa na życie bez uciążliwych dolegliwości i bez zagrożenia niebezpiecznymi komplikacjami chorób

Jeśli wynik badań DNA na celiakię oraz testy serologiczne potwierdzą chorobę – jedynym sposobem leczenia jest wyeliminowanie glutenu z diety. Wyłącznie dieta bezglutenowa może Ci pomóc.

Dzięki diecie pozbędziesz się uciążliwych objawów celiakii, ponieważ przeciwciała niszczące jelito - nie będą powstawać, a kosmki jelitowe zaczną się odbudowywać.

Odbudowa kosmków jelitowych uzależniona jest od restrykcyjnej diety. U dzieci proces ten przebiega bardzo szybko. Nawet w kilka miesięcy jelita odzyskują pełną sprawność.

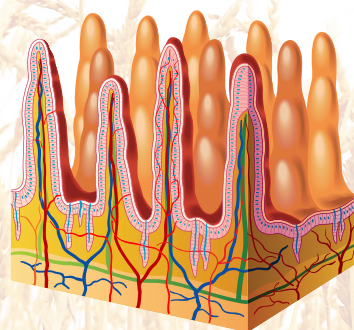
U dorosłych proces odbudowy kosmków jelitowych jest dłuższy i zależy od indywidualnych uwarunkowań organizmu.

Dieta bezglutenowa

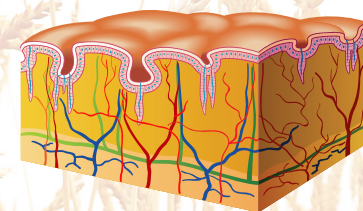
Wolność od
dolegliwości

Jedynie
lekarstwo

Spokój
o zdrowie



normalne zdrowe
kosmki jelitowe



celiakia
zanik kosmków

Celiakia w rodzinie

Celiakia to choroba genetyczna to znaczy, że jest dziedziczona rodzinnie. Zatem jeśli cierpisz na chorobę trzewną to występuje duże prawdopodobieństwo, że Twoje dziecko także. Podobnie rzecz się ma gdy chorobę zdiagnozowano w pierwszej kolejności u potomstwa.



Dziedzicznie w pierwszej linii - 1 na 6
W drugiej linii - 1 na 20

Dieta bezglutenowa jest jedynym lekarstwem

Celiakia czyli trwała nietolerancja glutenu nie jest możliwa do wyleczenia, ale możesz uniknąć jej objawów poprzez nie jedzenie glutenu. Tylko ścisła dieta bezglutenowa może Ci pomóc, ponieważ wtedy organizm nie będzie wytwarzał przeciwciał niszczących jelito. W efekcie po dłuższym stosowaniu diety bezglutenowej dojdzie do rekonwalescencji kosmków jelitowych i pełnego wchłaniania składników odżywczych.

Zalety diety bezglutenowej:

- Dzięki niej zwiększysz świadomość żywienia
- Dobrze prowadzona może być zdrowsza
- Daje szansę ucieczki od „złych” składników
- Ciekawie przygotowana może być atrakcyjniejsza i smaczniejsza

DIETA BEZGLUTENOWA ZMNIJSZA WYSTĘPOWANIE OBJAWÓW CELIAKII

BÓL BRZUCHA
WZDĘCIA
WYMIOTY
NIEREGULARNE
MIESIĄCZKI
PROBLEMY Z EREKCJĄ
ANEMIA

KONSEKWENTNA I RESTRYKCYJNA DIETA POZWALA ZAPOMNIEĆ O DOLEGLIWOŚCIACH

Kilka wad:

- Cena produktów
- Dostępność produktów
- Brak części „zamienników”

Badanie genetyczne w testDNA

Chętnie odpowiemy na wszystkie twoje pytania

Bezpłatna infolinia: 800 007 771

mail: biuro@testdna.pl

Więcej informacji o badaniu w kierunku celiakii jest dostępnych na stronie internetowej www.testdna.pl

Zapraszamy do skorzystania z bezpłatnych konsultacji z opiekunem medycznym.



Opiekun badania

EWA GWIAZDZIŃSKA

ewa.gwiazdzinska@testdna.pl

TEL: 570 070 762