



Datum:

Bern, Juli 2010

„Zöliakie und Ernährung in der Schweiz - eine Standortbestimmung“

Empfehlungen der Eidgenössischen Ernährungskommission

Zur Diagnostik

Die Zöliakie ist weiterhin eine unterdiagnostizierte Erkrankung, die sich klinisch sehr variabel präsentieren kann. Ärzte aus allen medizinischen Fachrichtungen müssen in der Weiter- und Fortbildung kontinuierlich für die Krankheit Zöliakie sensibilisiert werden. Die Zöliakie lässt sich heute mit den klassischen Symptomen und den serologischen Tests gut nachweisen und sollte weiterhin durch eine Dünndarmbiopsie bestätigt werden.

Zur Betreuung

Die Therapie der Zöliakie besteht aus einer lebenslangen ausschliesslich glutenfreien Ernährung. Dazu wird der Zöliakiebetreffende nach einer korrekten Diagnose durch eine diplomierte Ernährungsberaterin FH/HF intensiv geschult. Die Langzeitbetreuung dieser chronischen Erkrankung gehört in die Hände von Fachleuten, die mit dieser Krankheit sowohl in der Praxis (Fallzahl) vertraut sind, als auch in der Theorie (permanente Fortbildung) kompetent sind. Im Sinne der multiprofessionellen Betreuung müssen nebst dem Arzt/Ärztin und der Ernährungsberaterin für spezielle Situationen auch psychologisch geschultes und in der Sozialberatung kompetentes Fachpersonal zur Verfügung stehen.

Zur Ernährung

Das Einhalten einer lebenslangen glutenfreien Ernährungsweise, wie für Zöliakiebetreffende empfohlen, stellt relativ hohe Anforderungen an die Patienten, damit die Ernährung sowohl qualitativ als auch quantitativ ausreichend ist. Erschwerend kommt hinzu, dass nur einige allgemein gültige Empfehlungen oder Regeln abgegeben werden können, hingegen die Ernährung individuell an die unterschiedlichen Bedürfnisse und Verträglichkeiten angepasst werden muss. Daher ist die individuelle Beratung und Betreuung durch eine kompetente Ernährungsberaterin FH/HF für Zöliakiebetreffende von besonderer Bedeutung. Die Ernährungsberaterin unterstützt die Betroffenen in der individuellen Umsetzung der allgemein

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Direktionsbereich Verbraucherschutz, Abteilung Lebensmittelsicherheit, Telefon +41 31 322 05 05, Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch
„Zöliakie und Ernährung in der Schweiz - eine Standortbestimmung“ Empfehlungen der Eidgenössischen Ernährungskommission
Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer, englischer und italienischer Sprache.
Bern, Juli 2010

gültigen Empfehlungen und berät in Detailfragen, auch bezüglich dem Einkauf geeigneter Lebensmittel (z.B. Interpretation der Deklarationen).

Grundsätzlich richtet sich auch die glutenfreie Ernährung, wie für alle erwachsenen Personen, nach der Lebensmittelpyramide der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung. Die Zufuhr an Nahrungsfasern verdient besondere Beachtung, da die meisten Getreideprodukte als Quelle wegfallen. Aus dem Praxisalltag ist bekannt, dass die Kohlenhydratmenge in der Ernährung von Zöliakiebetreffenen meist unter den Empfehlungen liegt und die Kompensation der Energieversorgung über Fette erfolgt. Die Qualität der aufgenommenen Fette, insbesondere der Anteil an ungesättigten Fettsäuren, ist in diesem Zusammenhang von besonderer Bedeutung. Die Versorgung mit Mikronährstoffen ist anlässlich der ärztlichen Untersuchung jährlich zu überprüfen und bei Mangelerscheinungen in therapeutischen Dosen zu substituieren, respektive als individuell angepasste Supplementation zum üblichen Ernährungsplan zu verordnen.

„Rund um“ den Patienten

Die Patientenorganisation Interessengemeinschaft Zöliakie nimmt in allen Landesteilen der Schweiz die zentrale Stelle in der Beratung von Zöliakiebetreffenen ein. Die Position dieser Organisation muss weiter gestärkt werden und verdient die entsprechende gesundheitspolitische Anerkennung und Unterstützung.

Obwohl die Zöliakie eine sehr gut untersuchte Erkrankung ist und viel Wissen über die Pathogenese und die Pathophysiologie vorliegt, besteht – auch in der Schweiz – ein erhebliches Manko in der Forschung zur Epidemiologie und Therapiequalität. Das Bundesamt für Gesundheit kann gemäss seinem Auftrag als gesundheitspolitisch verantwortliche Institution diesbezüglich Anstösse geben und gegebenenfalls auch entsprechende Forschungsprojekte unterstützen, respektive dafür sorgen, dass solche initiiert werden können. Voraussetzung dafür ist, dass solche Forschungsprojekte in die nationale Forschungsstrategie passen und finanzielle Ressourcen zur Verfügung stehen.

Die Nahrungsmittelindustrie, Nahrungsmittelvertreiber und die Gastronomie sind für die Krankheit Zöliakie und deren Auswirkungen auf den Alltag zu sensibilisieren und mit der korrekten Umsetzung der Kennzeichnungs- und Auskunftspflicht vertraut zu machen.

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Direktionsbereich Verbraucherschutz, Abteilung Lebensmittelsicherheit, Telefon +41 31 322 05 05, Lebensmittelsicherheit@bag.admin.ch
„Zöliakie und Ernährung in der Schweiz - eine Standortbestimmung“ Empfehlungen der Eidgenössischen Ernährungskommission
Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer, englischer und italienischer Sprache.
Bern, Juli 2010