

Celijakija - uzroci, simptomi i liječnje



Celijakija ili glutenska enteropatija nasljedni je **imunološko-posredovani poremećaj** koji obilježava trajna **nepodnošljivost glutena, proteina** koji se nalazi u **pšenici, ječmu, raži i zobi**.

Zbog nepodnošenja glutena, tijelo stvara **antitijela** koja napadaju njegove molekule. Tako dolazi do **oštećenja sluznice tankog crijeva** i uništenja **crijevnih resica** što **otežava** opću **apsorpciju hranjivih tvari**. Celijakija je jedna od najčešćih bolesti probavnog sustava.

Uzroci nastajanja celijakije

Istraživanja pokazuju da je celijakija **genetska bolest**. Gene za nju nosi **trećina populacije** i od 10 do 20 posto bliskih rođaka osoba s celijakijom će je vjerojatno imati. Da bi se bolest "aktivirala" potrebno je imati **prehranu bogatu glutenom**, ali nije poznato što je točno izaziva. Ponekad celijakija postaje aktivna po prvi put nakon **operacije, trudnoće, porođaja, virusne infekcije** ili **teškog emocionalnog stresa**.

Faktori rizika:

- član obitelji kojemu je već dijagnosticirana celijakija,

- **dijabetes tip 1,**
- Downov ili Turnerov sindrom,
- **autoimuna bolest štitnjače,**
- Addisonova bolest,
- **reumatoidni artritis.**

Više je vrsta celijakije. Njezine **kliničke manifestacije** možemo podijeliti na dvije grupe:

1. gastrointestinalne ("klasične") - javljaju se **kod djece** od 4 do 24 mjeseca starosti;
2. ne-gastrointestinalne - javljaju se **u starije djece i odraslih osoba.**

Osobe s dijagnosticiranom celijakijom su u manjini. Na žalost, većinu oboljelih čine osobe s tzv. "**tihom**" **celijakijom**. Oni imaju oštećenu sluznicu tankog crijeva, ali ne i nutritivnu deficijenciju.

Simptomi celijakije

Simptomi vezani uz probavu:

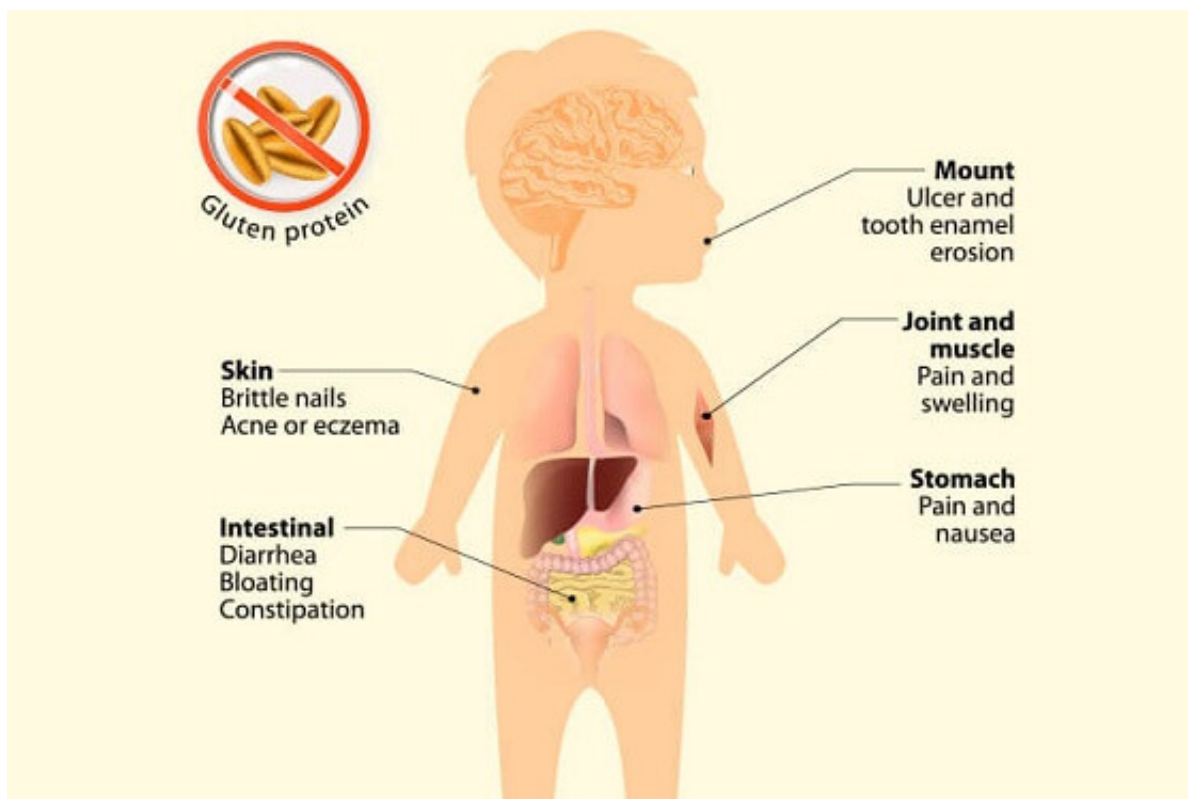
- **proljev,**
- zatvor,
- mučnina i učestalo **povraćanje,**
- gubitak apetita,
- gubitak težine,
- bolovi i nadutost u truhu,
- žgaravica.

Simptomi nevezani uz probavu:

- **slabokrvnost (anemija),**
- slabljenje kostiju (osteoporoza),
- svrbež, osip popraćen plikovima,
- oštećenje zubne cakline,
- čirevi u ustima,
- glavobolje i umor,
- trnci u ekstremitetima,
- problemi s ravnotežom,
- bol u zglobovima,
- slabljenje funkcije slezene,

- neplodnost ili učestali spontani pobačaji.

Simptomi kod (starije) djece:



- slabljenje mišića i njihove koordinacije,
- **slabiji rast i kašnjenje puberteta,**
- poremećaj pažnje i hiperaktivnosti, **ADHD;**
- poteškoće u učenju

Liječenje

Celijakija se dijagnosticira na temelju tri nalaza: **serotološkog** (razina antitijela), **genetskog** (leukociti) te **biopsije tankog crijeva**. Ako se ne liječi, celijakija može dovesti do **neuhranjenosti, osteoporoze, neplodnosti** i abortusa, **netolerancije na laktozu** te **rak** unutar probavnog sustava. Ponekad se mogu razviti i neurološki problemi, kao što je **periferna neuropatija**, bolest živaca koji vode do ruku i stopala.

Jedini lijek za oboljele je **bezglutenska dijeta** koje se moraju pridržavati cijeli život. Bolest je **neizlječiva**, a njezini se simptomi mogu povući samo uz strogo provođenje

dijete. Oboljeli mogu konzumirati **dozvoljene namirnice** među kojima su prirodno **bezglutenske namirnice** i posebne bezglutenske dijetetske namirnice namijenjene upravo njima. Liječnik bi vas trebao upoznati s popisom tih namirnica.

Ponekad se preporučuju i **dodaci prehrani**, vitamini i minerali. No, gluten se može "skriti" u hrani, ali i drugim proizvodima:

- prezervativi u hrani,
- lijekovi,
- vitamini i minerali,
- **ruževi** i proizvodi za njegu usana,
- **zubna pasta** i vodica za ispiranje usta,
- **ljepilo** na kuvertama i markicama,
- plastelin.

3 do 4 mjeseca nakon uvođenja bezglutenske prehrane potrebno je **ponoviti biopsiju** sluznice tankog crijeva. Ako pacijent slabije odgovara na bezglutensku prehranu ili mu je postavljena **pogrešna dijagnoza** ili se pak radi o **tvrdokornom obliku bolesti**. U ovom potonjem slučaju počinje se s **kortikosteroidnom terapijom**.

Mortalitet se u bolesnika koji nisu na bezglutenskoj prehrani kreće **od 10 do 30%**. Uz prikladnu dijetu, mortalitet je **manji od 1%**, to se posebno odnosi na odrasle koji imaju teški oblik bolesti.