

# Život s celiakií

Nepříjemné nevyléčitelné onemocnění, které ovlivní celý váš život. Přesto se dá zvládnout tak, že když si zvyknete dodržovat určitá pravidla, nebudete žít o nic méně kvalitněji než ostatní lidé. Důležité je ale včas ho rozpoznat.

MIRKA KONÍČKOVÁ

## CO JE CELIAKIE

Celiakie (celiakální sprue či glutenová enteropatie) je autoimunitní choroba. Je to vlastně intolerance glutenu neboli lepku (nikoli alergie). V praxi to znamená, že trávicí soustava člověka s tímto onemocněním není schopna strávit potraviny obsahující lepek. Postihuje jak děti, tak dospělé.

## JAK VZNIKÁ

Celiakie se u člověka rozvine v případech, že zároveň působí následující dva faktory:

- \* genetické předpoklady
- \* konzumování stravy obsahující lepek.

Genetická zátěž ovšem nutně neznamená, že se celiakie v rodině již vyskytuje. Rozvoj choroby může urychlit třetí faktor – nadměrná zátěž organismu (psychický či fyzický stres, trauma, infekce aj.). Důsledkem je tvorba protilátek jak proti lepku samotnému, tak i autoproti látkám proti vlastním bílkovinám organismu. Neúměrné přetížení imunitního systému má za následek, že se objevují další autoimunitní choroby postihující různé orgány (trávicí trakt – ústa, žaludek, tenké střevo, játra, dále endokrinní žlázy, ledviny, vzácně dokonce i nervovou soustavu aj.). Pokud není celiakie u člověka diagnostikována a lepek zůstává součástí potravy, imunitní systém do jisté míry selhává

a mohou vznikat různé závažné komplikace včetně zvýšeného rizika vzniku nádorů.

## JAKÉ JSOU JEJÍ PŘÍZNAKY

Celiakie se může projevit v jakémkoli věku. Příznaky tedy nemusejí být závislé na prvním podání stravy s lepkem, mohou si počkat mnoho let až do dospělosti. A nejde rozhodně o ojedinělé případy. Nicméně i u dospělých mohou být projevy celiakie méně nápadné a často atypické.

Naproti tomu učebnicová – plně rozvinutá celiakie se nejčastěji objeví u nejmenších dětí brzy poté, co jim začnou být jako příkrm podávány potraviny obsahující lepek: kojenecké cereální kaše, krupicová kaše, piškoty, polévky zahuštěné moukou, pečivo, chléb apod. Odhaduje se, že se klasická celiakie s plně manifestovanými příznaky bude týkat asi jen jedné desetiny případů. Mezi typické symptomy, objevující se zejména u malých dětí, patří například opakované nebo dlouhodobé průjemy, únava, nechutenství, bolesti kloubů, křečovitě bolesti břicha, slabost, chudokrevnost, křeče

svalů. Dítě neprospívá, nebo dokonce hubne, střídají se u něj stavy apatie a podrážděnosti, má ochablé svalstvo a větší bříško. Obvykle je dítě s celiakií častěji nemocné, často chybí v kolektivu. U dětí trpících celiakií se může objevit i porucha koncentrace,

problémy se zuby nebo již zmíněné růstové a vývojové potíže – ubývají na váze a málo rostou. U starších dětí a u dospělých často nemoc propukne v souvislosti s nějakou velkou zátěží (nemoc, těhotenství). Kromě typických příznaků



Celiakie může být zjištěna kdykoli

## LEPEK

Gluten (lepek) je ve vodě nerozpustný bílkovinný komplex obsažený v obilných zrnech žita, pšenice a ječmene, způsobující lepivost těsta. Podobné složení mají i tzv. aveniny obsažené v ovsu.