



Themendienst

Glutenfreie Ernährung ist keine Trend-Diät

Glutenfrei zu leben, wird seit Längerem von zahlreichen Prominenten, vor allem in den USA propagiert. Einige Medien haben auch in Deutschland darüber berichtet, was auch hierzulande zu der irrigen Annahme geführt hat, ohne Gluten würde man grundsätzlich gesünder leben.

Die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG) ist Expertin für glutenfreie Ernährung und warnt davor, diesem Irrglauben zu unterliegen. Für einige mag die glutenfreie Ernährung eine bloße Modeerscheinung sein, die in der Tat zu keiner wirklichen Verbesserung der Gesundheit führt. Für die rund 800.000 Zöliakiebetreffenen in Deutschland ist eine strikte glutenfreie Ernährung jedoch die einzige Therapie ihrer chronischen Dünndarmerkrankung für ein beschwerdefreies Leben. Sie sind auf sie angewiesen.

Die DZG-Vorsitzende Dr. Claudia Wiedemann warnt daher: „Die öffentliche Darstellung der glutenfreien Ernährung als Trend, Lifestyle oder Modeerscheinung wird Zöliakiebetreffenen nicht gerecht. Sie trägt leider dazu bei, dass die Krankheit bei Mitmenschen weniger Akzeptanz und Unterstützung erfährt.“ Die DZG setzt sich seit über 40 Jahren dafür ein, die Öffentlichkeit über Zöliakie aufzuklären und ein Bewusstsein für die Bedürfnisse der Betroffenen zu schaffen. Die Solidargemeinschaft unterstützt Betroffene bei der Einhaltung einer glutenfreien Ernährung im Alltag. Weitere Informationen finden Interessierte unter www.dzg-online.de.

Zöliakie beruht auf einer Nahrungsmittelunverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten, das in Getreidesorten wie Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste enthalten ist. Schon geringste Spuren von Gluten führen bei Betroffenen zu Entzündungen des Dünndarms und im Weiteren zu Mangelerscheinungen. Denn der entzündete Dünndarm kann den Körper nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgen. Die Krankheit Zöliakie wird vom Facharzt über einen Bluttest in Verbindung mit einer Dünndarmbiopsie eindeutig diagnostiziert.



TD „Glutenfreie Ernährung ist keine Trend-Diät“,
Seite 2

Bei Rückfragen:

DZG – Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.

Michael Mikolajczak, Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 0711 - 45 99 81-12

E-Mail: michael.mikolajczak@dzg-online.de