

Bücherecke

Hey Darmzotte!

Neue Koch- bzw. Backbücher über glutenfreie Ernährung findet man immer wieder im Bücherregal. Was jedoch sehr selten ist, ist ein Roman, der die Erkrankung Zöliakie thematisiert und der vor allem die Jugend als Zielgruppe im Auge hat. Dies hat auch Verena Herlath festgestellt. Die studierte Sozialpädagogin kam erstmals in ihrer Schulzeit mit Zöliakie in Kontakt, als eine Freundin ihre Ernährung nach der Zöliakiediagnose auf die glutenfreie Kost umstellen musste. Als Lehrerin vermisste sie eine Lektüre, die sich mit Zöliakie auseinandersetzt, aber auch die vielen offenen Fragen, die Jugendliche beschäftigen, aufgreift. Kurzerhand griff sie selbst zu Papier und Stift, und das Ergebnis ist der Jugendroman „Hey Darmzotte“.

Jugendroman

Verena Herlath

Verlag: edition riedenburg

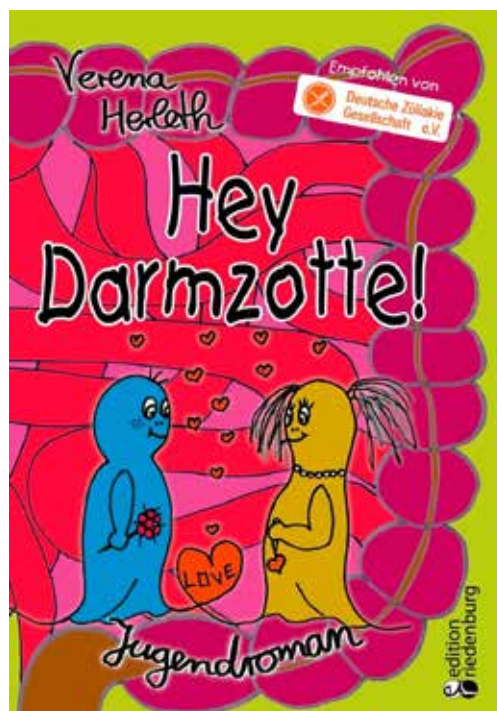
ISBN: 978-3-903085-74-9

Preis: 14,90 Euro

Die Geschichte handelt von Carina, die nach ihrer Zöliakiediagnose anstelle der geplanten Ferienfreizeit mit Freunden, von ihren Eltern zum Ernährungskurs nach Bad Tölz geschickt wird. Die Begeisterung hält sich anfänglich in Grenzen, aber mit der Zeit ihres Aufenthaltes findet sie sich mit der Diagnose Zöliakie immer mehr zurecht und erlebt noch die eine und andere Überraschung.

Das Buch eignet sich sehr gut, um Jugendlichen das Thema Zöliakie näher zu bringen. Der Schreibstil spricht sicherlich viele Jugendliche an und durch die immer wiederkehrenden Tagebucheinträge erfährt der junge Leser die innersten Gedanken und Emotionen von Carina. Hier werden sich viele Jugendliche wiederfinden und erfahren, dass es ganz normal ist, dass mit der Diagnose Zöliakie auch eine große Unsicherheit, Ablehnung und auch Wut auftauchen kann. Dabei zeigt das Buch die unterschiedlichsten Gefühle, die Höhen und Tiefen bis hin zur Akzeptanz der Erkrankung. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, die vielen Herausforderungen auch als Chance zu sehen und einen guten Umgang damit zu entwickeln.

In die Geschichte über Carina verpackt die Autorin Herlath auch geschickt fachliche Informationen, so dass der Leser auch wichtige Informationen zur glutenfreien Ernährung erhält. Wissens-



wertes z.B. über die Auswahl der geeigneten Lebensmittel, Hostien, Getreidemühlen, zum Essen außer Haus wie auch zum ersten Kuss des Angebeteten, der nicht von Zöliakie betroffen ist - denn natürlich darf etwas Liebeskummer in einem Jugendroman auch nicht fehlen.

Das Buch widmet sich in unaufdringlicher Art und Weise vielen offenen Fragen und Gedanken von jungen Zölis und bietet die Möglichkeit, sich mit vielen Themen auseinanderzusetzen, die nach der Diagnose Zöliakie auftauchen. Die Geschichte um Carina ist so spannend geschrieben, dass man unbedingt erfahren möchte, wie es weitergeht und man das Buch nur schwer aus den Händen legen kann.

Fazit: Ein sehr gelungenes Buch, das vielen jungen Menschen eine große

Hilfe sein kann, das sehr viel Mut macht und das vor allem eine bisherige Lücke im Bücherregal schließt.

- Patricia Gálity, Diätassistentin, Allergologische Ernährungstherapie / VDD