

## MISTANKE OM CØLIAKI? GÅ TIL LÆGEN!

Cøliaki er voldsomt underdiagnosticeret i Danmark og i de fleste andre lande. Det betyder, at der er et stort mørketal, som ikke er klar over, at de har en kronisk sygdom med risiko for alvorlige konsekvenser for deres helbred, så længe de spiser gluten.

Årsagen til, at så få er diagnosticeret, er formentlig en kombination af uklare symptomer, og at sygdommen ikke er bredt kendt.

- 1 ud af 100 har cøliaki verden over
- I Danmark er vurderingen, at 29.-58.000 mennesker har cøliaki
- I 2016 havde kun lidt over 10.000 fået diagnosen cøliaki hos lægen

## JEG HAR INGEN SYMPTOMER – HVAD SKAL JEG MED DIAGNOSEN?

Ubehandlet cøliaki kan over tid føre til blodmangel, knogleskørhed, uønsket barnløshed og øget risiko for kræft. Børn kan opleve mistrivsel og forsinket vækst. Den lave diagnosticeringsgrad kan altså have store konsekvenser for både den enkeltes livskvalitet og for samfundet på grund af risikoen for følgesygdomme.

Er din læge i tvivl, om det er relevant at undersøge for cøliaki, så op søg evt. en anden læge.

## DET SKAL VÆRE NEMT AT LEVE GODT MED CØLIAKI

Dansk Cøliaki Forening er en patientorganisation for personer med cøliaki eller dermatitis herpetiformis samt deres pårørende. Foreningen blev grundlagt i 1979.

Foreningen arbejder for at:

- informere og rådgive alle, der er berørt af cøliaki
- tilbyde sociale og oplysende aktiviteter
- varetage medlemmernes interesser udadtil
- udbrede kendskabet til cøliaki, så alle med cøliaki kan komme i behandling

## BLIV MEDLEM!

Læs mere om os, og meld dig ind på [coeliaki.dk](http://coeliaki.dk).

## CØLIAKIRÅDGIVNINGEN

Få hjælp til livet med cøliaki fra vores faglige rådgivere og frivillige mentorer i Cøliakirådgivningen. Du kan læse mere og finde kontaktoplysninger på [coeliaki.dk](http://coeliaki.dk).

Dansk Cøliaki Forening  
Trekronergade 147B, 2.th.  
2500 Valby

Telefon 2552 0832  
E-mail [post@coeliaki.dk](mailto:post@coeliaki.dk)  
[coeliaki.dk](http://coeliaki.dk)

# HVAD ER CØLIAKI

SYGDOMMEN  
SYMPTOMER  
DIAGNOSTICERING  
BEHANDLING



## HVAD ER CØLIAKI?

*Cøliaki eller glutenintolerance er en livslang, autoimmun sygdom i tyndtarmen. Cøliaki udløses af gluten, der findes i hvede, rug og byg og som restprodukt i almindelig havre.*

Har du cøliaki og spiser noget, der indeholder gluten, opstår en betændelseslignende reaktion i den øverste del af tyndtarmen. De små fimrehår i tyndtarmens overflade bliver ødelagt, og tarmens evne til at optage vitaminer, mineraler og andre vigtige næringsstoffer fra maden bliver nedsat.

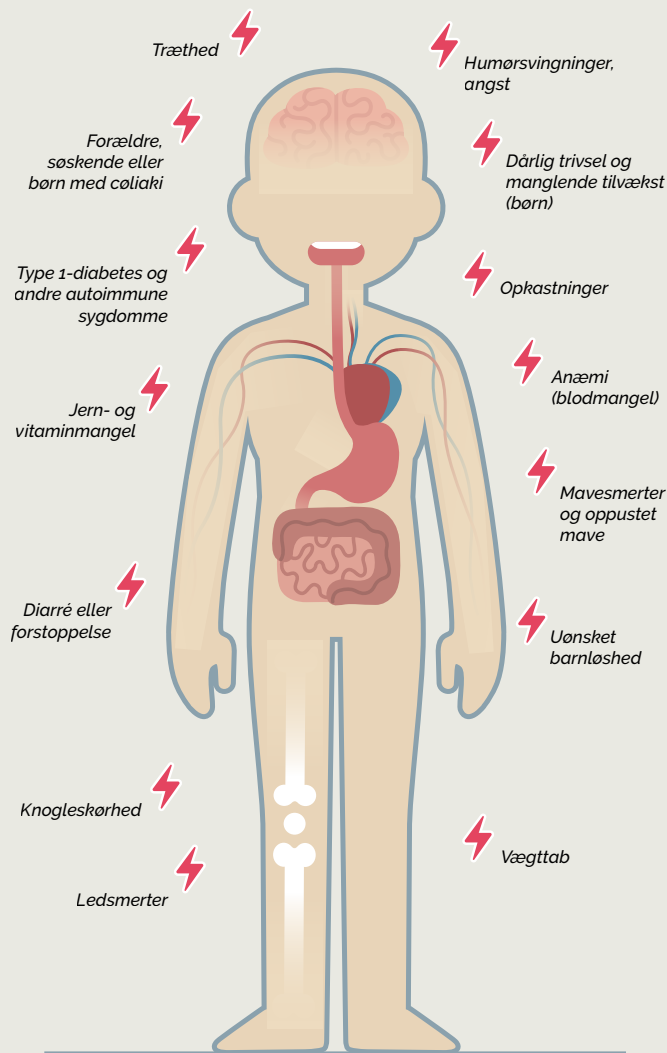
Dermatitis herpetiformis er en sjælden variant af cøliaki, som er karakteriseret ved stærkt kløende udslæt i huden.

## HVEM HAR CØLIAKI?

Cøliaki kan bryde ud hos både børn og voksne. Sygdommen er til en vis grad arvelig, så hvis dit barn, dine søskende eller forældre får konstateret cøliaki, bør lægen tjekke, om du også har cøliaki.

Lidt flere kvinder end mænd får konstateret cøliaki.

## VÆR OPMÆRKSOM PÅ



## SYMPTOMER OG RISIKOFAKTORER

Symptomer på cøliaki varierer fra person til person. Nogle har tydelige symptomer, mens andre ikke har nogen mistanke om sygdom. På figuren til venstre kan du se de mest almindelige risikofaktorer og symptomer på cøliaki. Symptomerne er diffuse og kan have mange andre årsager end cøliaki. Det er desværre én af årsagerne til, at det nogle gange er svært at opdage cøliaki.

Uanset om du har symptomer eller ej, vil din tarm blive påvirket af gluten. Derfor er det så vigtigt at være opmærksom på symptomer og risikofaktorer som f.eks. cøliaki i den nærmeste familie.

## SPIS GLUTEN FØR DIAGNOSEN!

Lægen stiller diagnosen ud fra en samlet vurdering af symptomer, blodprøver og biopsier (vævsprøver). En speciallæge tager biopsierne ved en gastroskopi, som er en kikkertundersøgelse af den øverste del af tyndtarmen.

I tiden op til undersøgelsen er det nødvendigt at spise gluten for at kunne stille en diagnose. Prøverne er ikke sikre, hvis du spiser glutenfrit.

## SPIS GLUTENFRIT EFTER DIAGNOSEN!

Cøliaki behandles ved at følge en 100 % glutenfri diæt. Der er ingen medicinsk behandling af sygdommen, og den kan heller ikke forebygges.

Når gluten bliver udeladt fra kosten, genvinder tarmen langsomt sin evne til at optage kostens næringsstoffer, og symptomerne forsvinder efter et stykke tid, i svære tilfælde efter mere end et år.