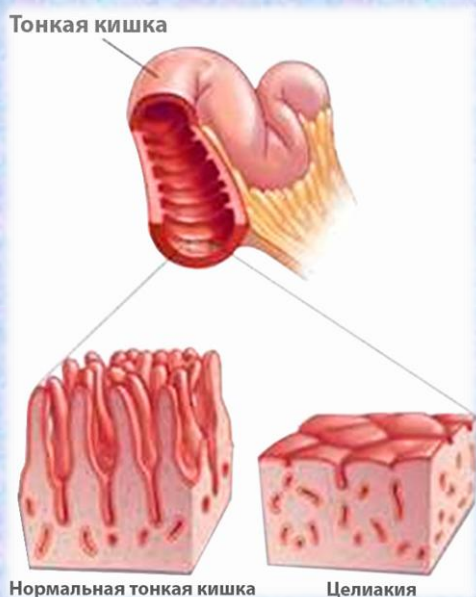


# Целиакия

(Информация для медицинских работников)



Хроническое наследственно обусловленное заболевание, характеризующееся стойкой непереносимостью **глутена** - белка, который входит в состав зерна многих злаковых культур, таких как пшеница, рожь, овес и ячмень. Токсическое действие глутена обусловлено веществом L-глиадин, которое входит в его состав. В результате повреждения слизистой оболочки тонкого кишечника изменяются ее ворсинки, и нарушается **кишечное всасывание** различных питательных веществ, поступающих с пищей. В организме ребенка развивается дефицит белка, витаминов, микроэлементов и др.

**Симптомы целиакии** появляются через **4-8 нед.** после введения злаковых продуктов в

питание ребенка. Инфекционные заболевания (кишечная инфекция, ОРВИ) могут играть роль провоцирующего фактора. Также возможно развитие болезни безо всякой связи с каким-либо заболеванием или состоянием. Отмечается учащение стула. Увеличивается объем кала, он становится "жирным", плохо смывается водой. Нарушается аппетит, возникает повторная рвота, вздутие и увеличение в размерах живота, боли в животе. Замедляются темпы прибавки массы тела вплоть до истощения, прогрессирует задержка физического и психо-моторного развития, утрачиваются ранее приобретенные навыки и умения. Нарушение обмена кальция и фосфора может проявляться рахитическими изменениями



скелета, отставанием в росте, судорожным синдромом, спонтанными переломами, кариесом. Как результат дефицита витаминов появляются сухость кожи, дистрофические изменения ногтей и волос, нарушение сумеречного зрения, поражение губ и языка, ощущение онемения, покалывания, снижения чувствительности. Нарушается свертывание крови, развивается анемия на фоне дефицита железа и витаминов. Изменения со стороны нервной системы могут быть в виде негативизма, агрессивности, депрессии. Появляются жалобы на рецидивирующий афтозный стоматит, фурункулез, атопический дерматит.

# Первый принцип лечения целиакии — пожизненная безглютеновая диета

## Где прячется глютен

НЕЛЬЗЯ	МОЖНО
 <p>Колбасы, сосиски, фарши, другие продукты из измельченного мяса могут быть наполнены крахмалом, мукой и прочими наполнителями, содержащими глютен, и порой в очень больших концентрациях.</p>	 <p>Каши, хлебобулочные и макаронные изделия из нетрадиционной муки – рисовой, кукурузной, соевой, картофельной, тапиоки, а также гречихи и проса.</p>
 <p>Консервированные овощи и фрукты, в состав которых входят загустители - они нередко содержат крахмалы и стабилизаторы, изготовленные из пшеницы.</p>	 <p>Любые свежие и замороженные овощи.</p>
 <p>Молочные продукты и мороженое со стабилизаторами.</p>	 <p>Свежие и замороженные мясо, птица и рыба.</p>
 <p>Любой уксус неясного происхождения или сделанный из злаков с глютенем.</p>	 <p>Все натуральные молочные продукты без стабилизаторов, крахмала и карамельных красителей.</p>
 <p>Почти все соусы содержат крахмал, прочие наполнители и стабилизаторы из глютенных злаков.</p>	 <p>Яблочный, винный или рисовый уксусы.</p>
 <p>Кофе и чай с дополнительными вкусами или какао-смеси для быстрого приготовления часто содержат солод, содержащий глютен.</p>	 <p>Соусы, содержащие наполнители и уксус из безглютеновых культур.</p>
 <p>Водка, виски, пиво и другие алкогольные напитки, приготовленные из злаков с глютенем.</p>	 <p>Натуральный кофе, чай, напитки, сделанные из какао, газированные напитки и соки из свежих плодов.</p>
 <p>Любые продукты с карамельными красителями E150a - E150d, красителем аннато E160b и пищевыми добавками - мальтол E636, изомальтол E953, мальтит и мальтитный сироп E965 (они почти всегда есть в жвачке), моно- и диглицериды жирных кислот E471. Эти добавки могут быть в зубной пасте, жидкостях для полоскания рта, некоторых лекарствах.</p>	 <p>Коньяк, бренди, вино и прочие напитки из безглютенового сырья.</p>

**Прогноз течения заболевания благоприятный при строгом соблюдении диеты**

ГКУЗ "Волгоградский областной центр медицинской профилактики"

400081 Волгоград  
ул. политрука Тимофеева, дом 5  
Телефон/факс: (8442) 36-26-20  
Адрес электронной почты:  
vosmp@vomiac.ru

