



Tolerance pšeničného glutenu CELIAKIE

MUDr. Josef Jonáš



- Přecitlivělost na gluten se může v člověku vyvinout v kterémkoliv věku.
- Může mít katastrofální důsledky pro lidské zdraví.
- **U klientů, kteří hledají pomoc v detoxikační medicíně, nacházíme intoleranci glutenu u cca 80 % respondentů.**

Diagnóza intolerance glutenu

- **je velmi problematická**

Nejasné je již pojmenování této intolerance:

- alergie, intolerance, metabolická porucha, hypersenzitivita, glutensenzitivita, celiakie, sekundární nebo atypická celiakie atd.

Za jedinou věrohodnou diagnózu se považuje **biopsie** tenkého střeva.

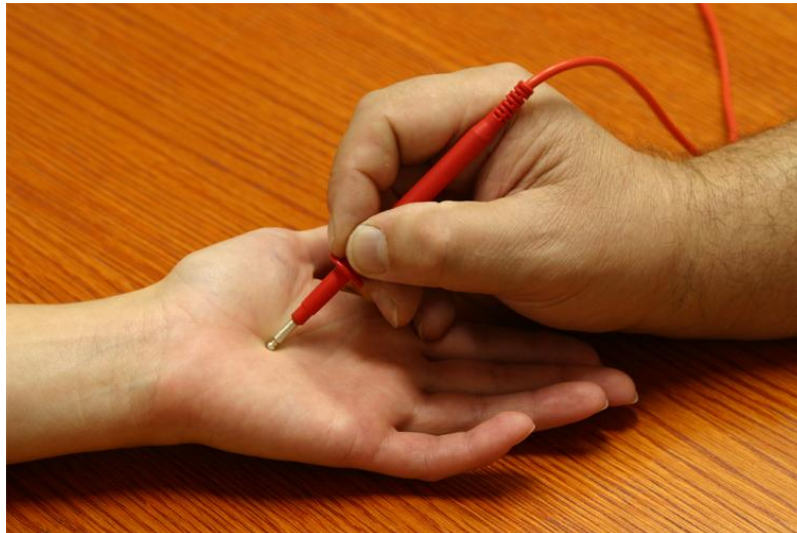
- Ovšem ani biopsie sliznice není bez výjimek.
- Nemusí korelovat s klinickými potížemi.

Stanovení sérových protilátek

- pomocná metoda, při níž se setkáváme s pozitivními, falešně pozitivními, falešně negativními i negativními výsledky

Diagnóza pomocí EAV a EAM setu

- Důležitější než složitá objektivní diagnóza jsou **výsledky**, jichž lze díky informačním preparátům dosáhnout.



DIAGNOSTIKOVÁNO

klasická celiakie

**atypická / "tichá"
celiakie**

**asymptomatická
celiakie**

**geneticky
predisponovaná
celiakie**

**Vzhľadom
k nejasnostem
s diagnózou
môžeme hovoriť
o **celiakálnim
ledovci****

Gluten a gliadin

- **GLUTEN** je bílkovina nacházející se v obilninách. Každá rostlina má odlišný typ glutenu.
- **GLIADIN** je označení pro pšeničný gluten.

- **Gliadin**, který je rozpustný ve vodě, se okamžitě začne vázat na buňky tenkého střeva.
- U geneticky predisponovaných osob spouští gliadin imunitní odpověď, která poškozuje okolní tkáň. Za genetickou predispozici mohou HLA geny (DQ-B1*0201, HLA DQA-1*0501).
- **Gliadin** pak může přes poškozenou sliznici ve značném množství pronikat do organismu.
- Stejnou cestou mohou pronikat i jiné bílkoviny, které vyvolávají příslušné imunitní reakce.

**GLIADIN vyvolává tvorbu faktoru,
který narušuje
PEVNÁ BUNĚČNÁ SPOJENÍ.**

Jedna z forem imunitní reakce může být alergie

Nejaktivnější alergen je **omega-5-gliadin**.

Testy na alergii však alergii často neprokáží, protože nerozštěpené alergeny jsou před testem skryty.



Chráněný gluten

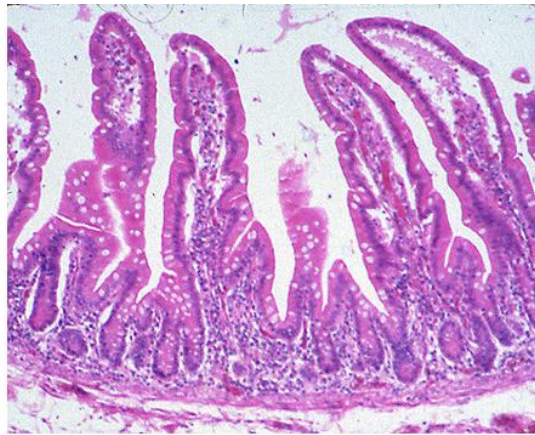
- Do střeva se gluten dostává nerozštěpený, protože obsahuje geny a látky důležité pro výživu rostlinného klíčku.
- Kdyby nebyl gluten před rozložením enzymy chráněn, došlo by v trávicím traktu živočichů, kteří semena roznášejí, k jeho zničení.

Vážný problém představuje hydrolyzovaný rostlinný protein

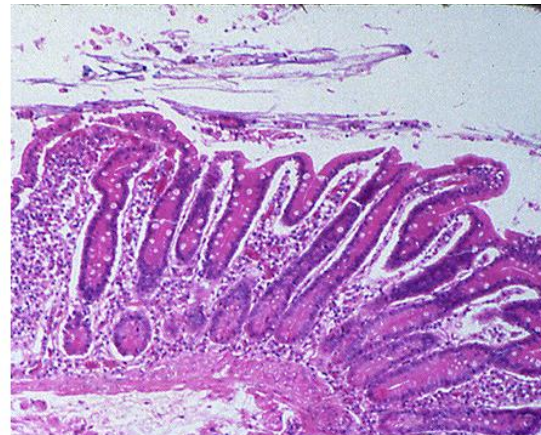
- Je to bílkovina, která se získává z různých semen – sója, kukuřice, pšenice.
- Přidává se do řady potravin a vytváří v CNS vjem, že dotyčná potravina obsahuje hodně bílkovin.
- Jestliže pak člověk trpí glutenovou enteropatií, pronikají tyto nepřírodní bílkoviny střevní stěnou a ničí nervový systém.
- **Nejtoxičtější hydrolyzovaný rostlinný protein se vyrábí z pšeničného gliadinu.**

Gluten a autoimunita

Gluten může v případě celiakie vyvolat autoimunitní reakci, při níž je poškozován nervový systém, střevo či jiný orgán.



Zdravá střevní sliznice



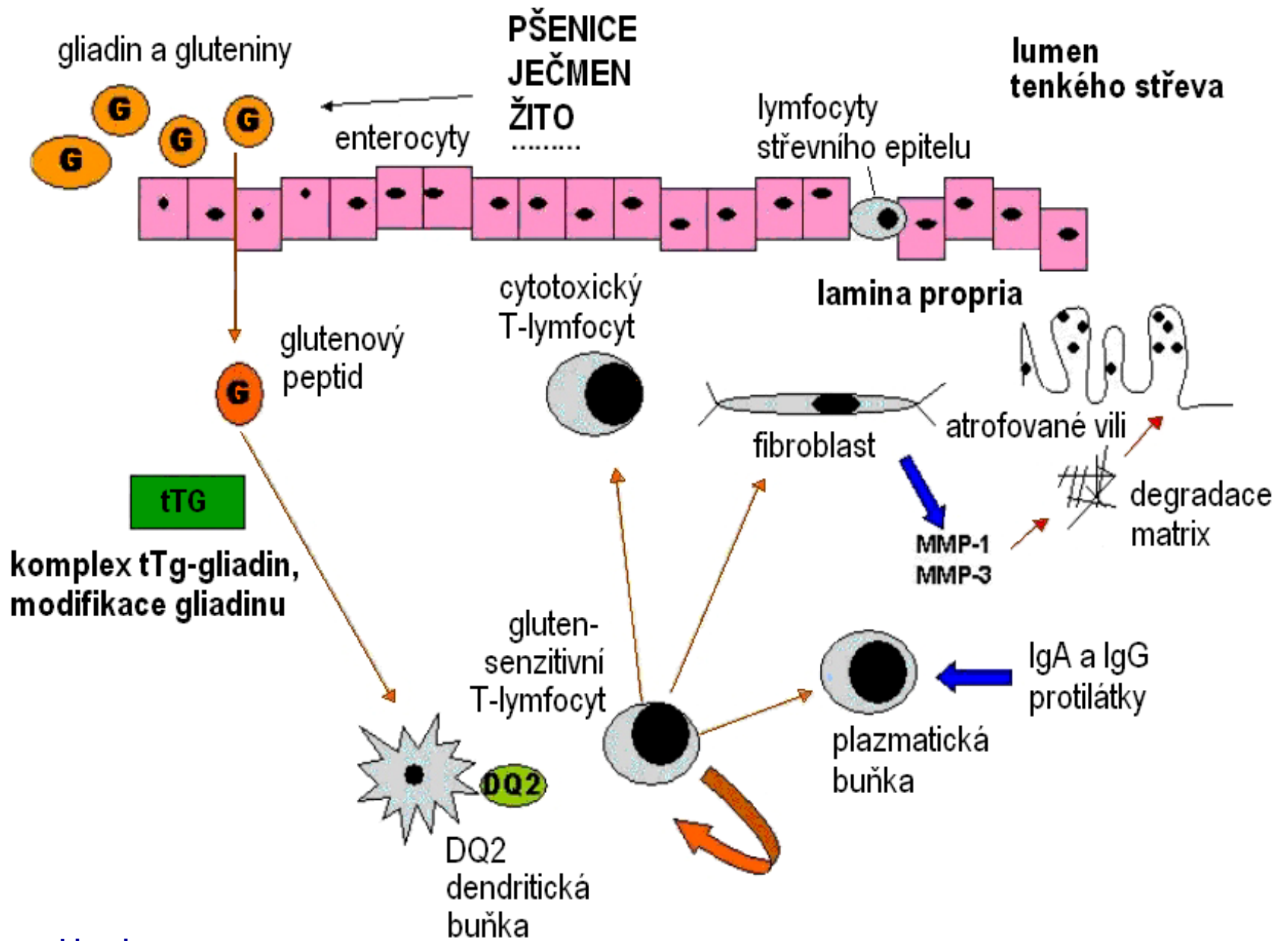
Střevní sliznice postížená enteropatií



Postupná degenerace střevních klků

Mechanismus autoimunitního poškození je následující

- ve tkáni, a především v mozku, se nachází enzym **tkáňová transglutamináza** (tTG), která pomáhá opravovat poškozené tkáně;
- protilátky proti tomuto enzymu způsobují autoimunitní reakci, která v případě zánětu, úrazu či přítomnosti toxinu rozvíjí chronický zánět, někdy s důsledkem poškození nervového systému.



Malý slovníček celiakie

- **Atypická celiakie**: jakákoliv porucha nebo symptom vyvolaný přecitlivělostí na lepek (poruchy vstřebávání, nervů, kůže atd., které lze odstranit dietou).
- **Tichá nebo asymptomatická celiakie**: postižený má pozitivní krevní testy a narušený střevní epitel, ale jeví jen velmi mírné nebo vůbec žádné symptomy. tato forma může kdykoliv přejít do klasické celiakie.
- **Latentní celiakie**: postižený má pozitivní krevní testy, ale střevní epitel je normální, netrpí malabsorpcí ani průjmy. Také tato forma může kdykoliv přejít do klasické celiakie.

- **Genetická porucha:** celiakie je považovaná za genetickou poruchu, pretože za tvorbu protilátek proti lepku odpovídá shodou okolností gen, který zároveň odpovídá za tvorbu protilátek proti běžnému viru. To je ale vývojový znak, nikoliv porucha. Netkví problém spíš v geneticky upravované pšenici, která není přizpůsobena lidské výživě?
- **Glutenová intolerance:** panuje rozpor, zda jde o nesnášenlivost lepku nebo o alergii. Je to alergická reakce, které se účastní „pomalé“ imunoglobuliny (IgA, IgG), na rozdíl od „rychlých“ IgE, které se účastní typické alergické reakce. Glutenová intolerance se jeví jako zažívací problém, ovšem narušuje celkovou schopnost organismu trávit potravu, takže následně způsobuje další intolerance (laktóza, škroby, proteiny, tuky). Proto se na první pohled zdá, že celiak má spíš problémy se zažíváním než s imunitou.

Nemoci spojené s glutenem

- Addisonova choroba
- afty
- anemie
- artritida
- ataxie (porucha hybnosti a koordinace)
- autismus
- Crohnova choroba
- deprese
- diabetes
- Downův syndrom
- dyspepsie
- epilepsie
- fibromyalgie (svalová ztuhlost a únava)
- gastroezofageální reflux
- choroby jater
- choroby ledvin
- choroby žlučníku
- chronický únavový syndrom
- IBD (zánětlivá choroba střeva – Crohnova choroba a ulcerativní kolitida)
- IBS (syndrom dráždivého střeva)

- **impotence**
- **intolerance kaseinu / kravského mléka**
- **kandidózy**
- **kognitivní poruchy**
- **kožní poruchy**
- **krvácení do gastrointestinálního traktu**
- **lymfom**
- **malnutrice (podvýživa)**
- **migrény**
- **myasthenia gravis (svalová slabost)**
- **nadýmání**
- **nedostatek růstového hormonu**
- **neploďnost**
- **nervové poruchy**
- **neuropatie**
- **obezita**
- **osteoporóza, osteomalacie**
- **poruchy pankreatu**
- **poruchy plodnosti**
- **poruchy pozornosti**
- **poruchy štítné žlázy**
- **poruchy těhotenství**
- **poškození mozku**
- **potrat**
- **přemnožení bakterií**
- **psoriáza**
- **purpura (trombocytopenie)**
- **rakovina**
- **refrakterní a kolagenní sprue (nereagují na bezlep. dietu)**
- **roztroušená skleróza**

Zarážející statistika

- Počet lidí netolerujících gluten výrazně roste, a to již od 70. let minulého století.
- Dnes má tato porucha charakter epidemie či pandemie.
- Podrobný přehled a studie neexistují
- Vzhledem k tomu, že neexistuje léčba, má medicína o tento problém malý zájem.

Jediná doporučená léčba je dieta

- Ze zkušenosti víme, že bezglutenovou nebo bezgliadinovou dietu dokáže dodržovat je zlomek procenta z celkového počtu postižených lidí.



Nechut' k dodržování diety je podmíněna dvěma příčinami

- A. Euroamerický potravinový model je založen na pšenici. Pšenice a její deriváty jsou přítomné prakticky ve všech potravinách. Vymanit se z tohoto modelu vyžaduje velké osobní úsilí a disciplínu.
- B. Dieta většinou nevede ani k vymizení problému ani k nápravě škod, které vznikly v době nerozpoznané glutenové (nejčastěji gliadinové) intolerance. Proto je důležitý detoxikační postup.

Autoimunita vyvolaná intolerancí může napáchat velké škody

- **Gluten a další nemetabolizované bílkoviny zachycené v různých tkáních se chovají jako trvalý toxin.**
- **Škody na psychice většiny postižených mají za následek vznik mnoha mikrobiálních ložisek.**
- **Organismus se důsledků glutenové intolerance zbavuje svými vlastními silami jen velmi obtížně.**

Postřehy z praxe

Upozorňuji na pravidelnou přítomnost intolerance na pšenici v těchto případech:

- **neplodnost žen**
- **deprese a těžší neurózy**
- **autoimunitní choroby**
- **neurologické degenerativní nemoci**
a v mnoha dalších.

Jeden příklad z praxe

- Muž (48 let) přichází kvůli výraznému zhoršení zrakové ostrosti pravého oka.
- Oftalmologové konstatovali poškození *nervus opticus* nejasného původu.
- Neurologové sdělili, že musí vyčkat na další symptomy či nálezy na NS.
- Pacient při odběru anamnézy říká, že má aktivní astma kontrolované dvěma léky.

**Víme, že při astma bronchiale
je důležité postižení *nervus vagus*
a v etiologii nemoci je většinou
atypická či latentní celiakie.**

- Postižení *nervus opticus* můžeme pokládat za progresi dalšího ničení nervového systému se symptomy pravděpodobné autoimunity.
- Nikdo z vyšetřujících lékařů příslušných klinik neposlal pacienta na vyšetření možné celiakie.

SOUHRN

- **Celiakie je v podstatě enteropatie (porucha tenkého střeva) způsobená glutenem.**
- **Reakce na gluten je podmíněna geneticky.**
- **Svou roli hraje i genetická odlišnost současných obilovin od původních rostlin a množství obilného glutenu, který dnes lidé konzumují.**
- **Porucha sliznice tenkého střeva vede k průniku glutenu a jiných bílkovin do organismu.**
- **Bílkovina nerozložená na aminokyseliny vyvolává v nervové soustavě řadu imunitních, genetických i enzymatických změn, které mají důsledek pro fungování celého organismu.**

- Oproti postojům současné medicíny, která z těchto změn obviňuje všechny typy glutenu, metodou EAV zjišťujeme především intoleranci **gliadinu** (glutenu pšenice), méně často glutenu žita a ječmene a jen výjimečně i glutenu ovsa (aveninu).
- Stejně tak se na rozdíl od současné medicíny domníváme, že řadu lidí trpících některými formami celiakie **lze detoxikačními preparáty vyléčit.**

HLA genový komplex, který pravděpodobně úzce souvisí s autoimunitní poruchou, má vztah ke:

- glutenové enteropatii
- roztroušené skleróze
- revmatoidní artritidě
- diabetes mellitus I. typu

Celiakie – glutenová enteropatie – má za následek vyšší výskyt nádorů střeva i nádorů v organismu vůbec.

**Od 70. let minulého století
výskyt glutenové enteropatie
mezi obyvatelstvem prudce stoupá.**

Potíže s diagnostikou

Dnes je diagnostikována asi jedna desetina nemocných:

- v 70. letech XX. století to bylo 1:2500,
- dnes je to 1:70 až 1:100.

Na některých kontinentech jde o pandemii.

Detoxikace některých forem celiakie

V současné době je třeba použít řadu preparátů, které bude v budoucnu možné sloučit do jednoho komplexu.

- METABOL
- GLI-GLU
- NODEGEN
- LIVERDREN
- COLIDREN



Velmi důležitý je celý komplex těchto preparátů

- **NODEGEN**

Bez tohoto emočního preparátu nedojde k uvolnění patologických metabolitů z tkání, kde jsou zachyceny.

- **LIVERDREN**

Má pravděpodobně vliv na podmínky, za kterých vznikají změny v tenkém střevě.

- **COLIDREN**

Jednou z podmínek poruch v tenkém střevě je vznik mikrobiálních ložisek.

- **METABOL**

Ložiska v tzv. klíčových tkáních (viz teorie klíčů) mají vliv na spuštění celého onemocnění.

Glutenová enteropatie vzniká v kterémkoliv věku. Nelze předpokládat, že by geny měly časový spínač spouštějící onemocnění.

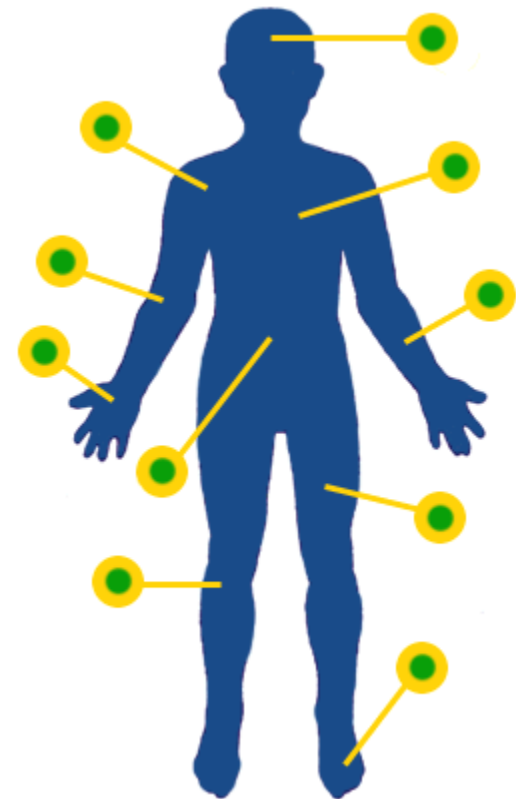
Začátek enteropatie má pravděpodobně jiné souvislosti.

- **GLI-GLU**

Informační preparát, který po splnění podmínek navádí funkci imunitního systému.

Po tomto detoxikačním kroku ovšem přichází složitá cesta detoxikace sekundárně postižených systémů:

- **CNS**
- **periferní nervy**
- **hypotalamus, hypofýza**
- **klouby**
- **sliznice**
- **gynekologický systém**
- **kůže**
a dalších.



library.thinkquest.org_

**Přehled potravin
vhodných
pro bezlepkovou dietu**

1. Plodiny a výrobky z nich

- **RÝŽE** – natural, bílá, rýžové burizony bez lepku, rýžová kaše instantní, rýžová mouka, rýžové vločky, rýžové těstoviny bez lepku
- **KUKUŘICE** – kukuřičná mouka a krupice, kukuřičná kaše instantní, kukuřice pražená přírodní, kukuřičný chléb a lupínky bez lepku, křehký kukuřičný chléb (dexi), maizeny (kukuřičný škrob)

- **BRAMBORY** v nejrůznější úpravě, škrobová moučka (solamyl)
- **SÓJA** – sójové boby a vločky, sójová krupice a mouka, sójové maso bez lepku (kostky, plátky, drť), tofu, sójové mléko i jogurt, sójové klíčky
- **JÁHLY**
- **POHANKA**
- **LUŠTĚNINY** – fazole, čočka, hrách
- **OŘECHY, SEMENA**

2. **OVOCE** a ovocné výrobky – čerstvé ovoce všeho druhu, kompoty, mražené ovoce, protlaky, ovocné přesnídávky bez obilných přísad, sušené a kandované ovoce podle snášenlivosti
3. **ZELENINA** a výrobky ze zeleniny – zelenina všeho druhu, saláty z čerstvé zeleniny, zelenina vařená dušená i pečená bez zahuštění, zeleninové pyré zahuštěné bezlepkovou moukou, solamylem nebo maizenou, kvašená, nakládaná i mražená zelenina dle snášenlivosti
4. **MASO** – druhy masa nejsou omezeny: drůbež, ryby, králík, zvěřina, hovězí, vepřové, telecí, šunka a uzené – vše připravené na bezlepkovém základě; sekaná, mletá masa a paštiky připravované jen doma na bezlepkovém základě

5. **MLÉKO** a mléčné výrobky – dle snášenlivosti; vhodné jsou sýry měkké, tvrdé, tavené, tvaroh, jogurt; pudinky a krémy jen připravované doma na bezlepkovém základě
6. **VEJCE** – omelety, palačinky a pomazánky jen připravované doma na bezlepkovém základě
7. **TUKY** – rostlinné (oleje); živočišné (máslo, smetana, sádlo, slanina) jsou povoleny, ale je vhodné je omezit
8. **NÁPOJE** – ovocné šťávy a mošty lisované doma (zejména mrkvová a rajská šťáva), bylinné čaje, minerální vody, mléko kravské, kozí i sójové, v malém množství zrnková káva



**Přehled potravin
nevhodných
pro bezlepkovou dietu**



1. Obilniny a výrobky z nich

- **PŠENICE** – pšeničná mouka všech druhů, pšeničná krupice a krupky, pšeničné vločky, pšeničné zrno
- **JEČMEN** – ječná mouka, kroupy, krupky, ječné vločky, ječný slad
- **OVES** – ovesná mouka, ovesné vločky
- **ŽITO** – žitná mouka, žitné vločky, melta, žitné zrno, žitovec
- **SEITAN, KLASO** – vegetariánské bílkovinné pokrmy vyrobené z obilí, které obsahují vysoké procento lepku



2. Ostatní

- **PEČIVO** – pokud není vysloveně označené jako bezlepkové
- **INSTANTNÍ KÁVA** – kávoviny, malcao, bikava atd.
- **ALKOHOL**
- **PŘESNÍDÁVKY** ovocné i zeleninové, pokud nejsou označeny jako bezlepkové
- **POMAZÁNKY, MAJONÉZY** kupované
- **UZENINY** – salámy, párky, klobásy, kupované paštiky, játrovky, masové konzervy
- **TĚSTOVINY**, pekařské výrobky a kaše vyráběné z pšeničné, žitné, ovesné a ječné mouky
- **NUGETA** a jiné čokoládové krémy