

Celiaki

(glutenintolerans)



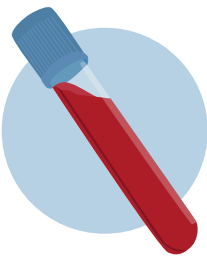
Gluten är ett protein som finns i vete, råg och korn. Det är vanligt i bröd, pasta och kakor samt kan finnas i till exempel lakrits, sås och korv. Det hamnar ofta gluten i havre från andra sädeslag men är det "ren havre" är den glutenfri.

Symtom



En person med celiaki blir sjuk av att äta gluten. Symtomen varierar vilket kan göra det svårt att upptäcka celiakin. Många behandlar symtom utan att den bakomliggande orsaken upptäcks.

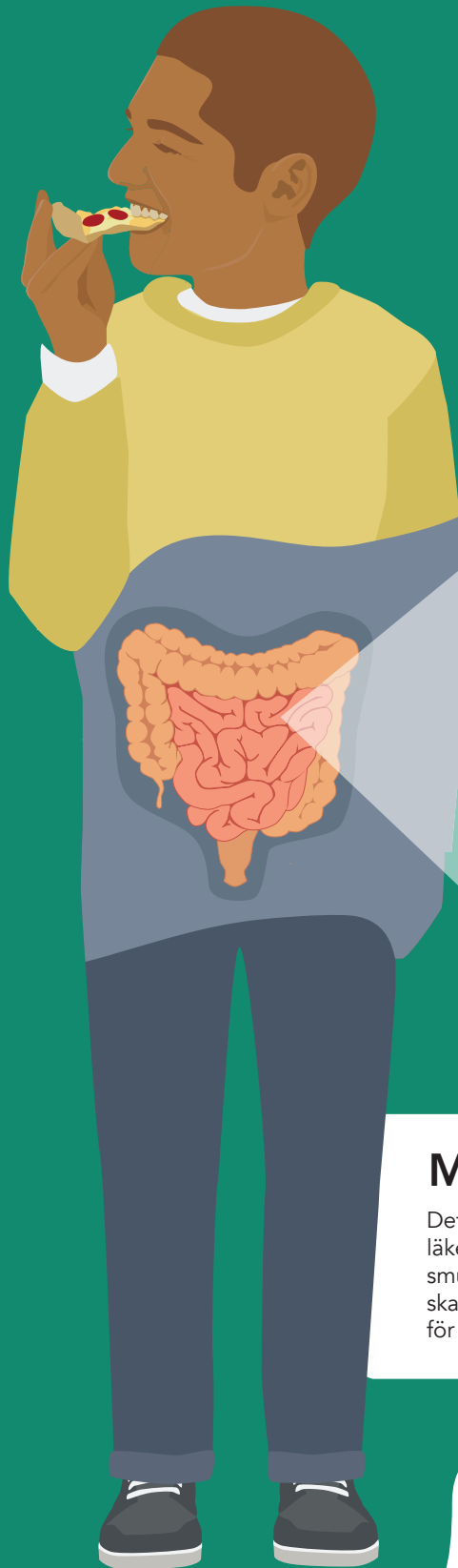
Diagnostisering



Vid misstänkt celiaki tas ett blodprov, om det visar på celiaki räcker det ibland för att ställa diagnos. Ibland vill läkaren titta på tunntarmen med en kamera och ta prover för att vara helt säker. Det är viktigt att fortsätta äta gluten för att provsvaren ska visa rätt.



För dem som inte tål gluten finns det glutenfria specialprodukter. Dessutom är mycket vi äter naturligt glutenfritt, däribland potatis, ris, majs, quinoa, kött, frukt, grönsaker, ägg och mjölk.



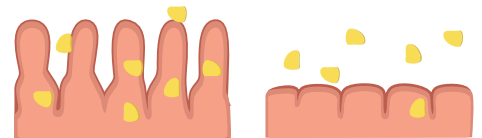
3 av 100 barn beräknas ha celiaki
och totalt cirka 140 000 personer i Sverige



2 av 3 med celiaki
har inte fått diagnos

15%

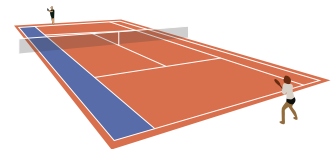
Ärftlig risk om någon i
nära familjen har celiaki



Frisk

Skadad

Hos personer med celiaki gör gluten att kroppens immunförsvar går till angrepp. Det orsakar inflammationer i tunntarmen som förstör tarmluddet och gör det mycket svårare att ta upp näring.



En frisk tarm har en yta stor som en tennisplan som kan ta upp näring. När tarmluddet förstörs minskar ytan till en tiondel.

Maten är medicinen

Det enda botemedlet är att äta glutenfritt. Då läker tarmen och symtomen försvinner. Även små smulor av något med gluten räcker för att göra skada så det är viktigt att äta glutenfritt hela tiden för att hålla sig frisk. Celiaki kan inte växa bort.



scuf
Svenska
Celiakiungdomsförbundet

Barn och unga mellan 0-29 år kan vara medlemmar ett ungdomsförbund som jobbar för att göra det enklare att ha celiaki. Det är enklare att påverka när många hjälps åt och dessutom kan medlemmar dela erfarenheter, åka på läger och gå på roliga aktiviteter.

Om du vill veta mer om vad Svenska Celiakiungdomsförbundet gör och kanske bli medlem du också finns information på hemsidan scuf.se

Läs mer och bli medlem på scuf.se