

Ik krijg steeds meer reacties op de stukjes die ik schrijf, dat is positief. Vaak krijg ik suggesties over onderwerpen die ik zou kunnen bespreken in mijn artikelen. Vaak zijn dat onderwerpen die nogal gecompliceerd zijn. Omdat ik graag moeilijke dingen gemakkelijker weergeef zal ik dat met de vorige weken ingebrachte suggesties ook proberen.

Hier volgt een bloemlezing:

Coeliakie

Een patiënte vroeg mij dit onderwerp eens te bespreken. Het komt vaker voor dan men denkt en het wordt door veel artsen niet herkend. Nou... u ziet het al; het eerste moeilijke punt is de naam, dat heeft mij toen ik studeerde ook wat moeite gekost. We houden het daarom bij de Nederlandse naam: gluten overgevoeligheid. Overigens wordt het ook wel spruw genoemd, maar dat is weer verwarrend omdat de witte plekjes in de mond bij baby's ook zo heten. Toevallig zijn er deze week collectes van de maag/lever/darmstichting en is dit onderwerp daarom best actueel. Coeliakie schijnt bij 3% van de Nederlandse bevolking voor te komen, dat zijn in mijn praktijk ongeveer negen mensen, terwijl ik er maar één ken, dus het wordt niet vaak herkend.

Hoe herken je gluten overgevoeligheid?

Kinderen (want het begint al op de kinderleeftijd, maar soms ook tussen het 30^e en 60^e levensjaar) met een overgevoeligheid voor gluten hebben altijd last van de darmen, ze hebben afwisselend diarree en obstipatie en naar gelang de allergie erger is floept het voedsel er bijna ongebruikt doorheen. Soms is er sprake van een bijkomend eczeem, bestaande uit over de huid verspreide rode bultjes. Doordat het voedsel dus bijna ongebruikt retour gaat, groeien ze slecht en zijn ze snel moe en prikkelbaar.

Hoe komt dat?

Als je een allergische reactie op de huid hebt, krijg je rode bultjes en jeuk. De darm is in feite een voortzetting van de huid naar binnen toe en daar zal een allergische reactie dus net zo verlopen. De dunne darm zwelt op en de huid gaat kapot, en omdat je die huid nodig hebt om voedingsstoffen op te nemen werkt dat dus ook niet meer.

Wat is gluten?

Gluten is een onderdeel van veel granen zoals tarwe, haver, rogge, gerst, spelt en kamut.

Ik heb jarenlang mijn eigen brood gemaakt, altijd als ik 's ochtends beneden kwam was er nog een droog kapje voor mij over, dus dacht ik als ik het zelf maak heb ik dat probleem in ieder geval niet. Altijd 's ochtends vers brood, lekker warm en geurig. Maar ik kan u verzekeren dat er geen brood is zonder deze granen (uit ervaring dus).

Dat betekent dat je als je overgevoelig bent je je eigen brood moet maken uit glutenvrij meel of het moet kopen bij een speciale bakker.

“Doe mij maar gluten”



Hoe kom je er achter of je kind dit heeft, of dat jij het hebt?

Allereerst op basis van de klachten natuurlijk.

Je kunt als huisarts een test doen waarbij je in het bloed zoekt naar antistoffen tegen het gluten, de antigliadine antistoffen, maar die test is niet altijd positief.

Eventueel kun je een proefdieet zonder gluten proberen, ook niet gemakkelijk, want behalve in brood zit gluten ook in bindmiddelen, soep en sausjes enz.

Een internist kan met een darmonderzoek materiaal wegnemen en dat kan in een laboratorium worden onderzocht (niet echt een leuk onderzoek).

Het syndroom van Asperger

Recent heb ik wat geschreven over Adhd en aanverwante aandoeningen. Als reactie hierop heb ik een aantal e-mails gekregen. Eén van de brieven was van een moeder van een kind met het syndroom van Asperger.

Het syndroom van Asperger is een ziektebeeld in het meer autistische spectrum. Het is in zekere zin vergelijkbaar met het beschreven Pdd-nos, maar vaak zijn kinderen met het syndroom van Asperger hoog intelli-

Waar ik nog aan zat te denken is dat het misschien mogelijk is daar eens een spreekbeurt op school aan te wijden. Mijn jongste heeft twee keer een spreekbeurt gegeven en ik merkte daarbij (wij mochten als trotse ouders aanwezig zijn) dat kinderen in de leeftijd van Bo (8-9 jaar) heel goed in staat zijn moeilijke onderwerpen aan te snijden. Mijn dochter heeft het over het maken van kinderen gehad, met plaatjes van de eicel en spermatoct, en je staat versteld van de zinnige vragen die daarop volgen, echt leuk! Misschien is dit een suggestie om het onderwerp bespreekbaar te maken? Waarbij me trouwens van het hart moet dat het vaak niet eens de kinderen, maar juist de ouders zijn die stigmatiseren.

Kruisallergieën

Ooit heb ik het eens over allergie gehad, niet al te uitgebreid, daar leende dat stukje zich niet voor. Nu kreeg ik van de week een kaartje met daarop overzichtelijk alle kruisallergieën beschreven. Kruisallergieën zijn allergieën die je ook kunt ontwikkelen als je allergisch bent voor een bepaalde stof. Wist u bijvoorbeeld dat mensen die allergisch zijn voor huisstofmijt ook een grote kans hebben op een allergie voor garnalen? Het leek me een leuk idee dat kaartje hier te publiceren, maar dat is om druktechnische redenen moeilijk, daarom heb ik het gescand en op mijn site gezet (www.drbeeker.nl->krantenstukjes)

Jaco Beeker
www.drbeeker.nl

Dat had u altijd al eens willen weten

Wel eens iets meer van een bepaald medisch onderwerp willen weten, achtergronden (her)kennen.

Vraag het aan dr. Jaco Beeker

Het zou zomaar kunnen dat het door u aangehaalde onderwerp de volgende keer ter sprake komt.

www.drbeeker.nl