



Personalisierte Medizin bei Zöliakie und entzündlichen Darmerkrankungen

Wenn Diagnostik, Ernährung und Therapiekontrolle erfolgreich zusammenarbeiten

Yvonne Baus, Werfen

Ernährung bleibt ein entscheidender Schlüssel zur Gesundheit – insbesondere bei Erkrankungen des Verdauungstrakts. Doch ohne präzise Diagnostik bleibt jede Ernährungsstrategie im Unsicheren.

Ernährung ist längst mehr als nur Genuss oder Energieversorgung – sie ist ein maßgeblicher Faktor für Gesundheit und Lebensqualität. Besonders Menschen mit gastroenterologischen Beschwerden wie Zöliakie, chronische-entzündlichen Darmerkrankungen (CED) oder Reizdarmsyndrom (RDS) erfahren, wie eng Ernährung, Immunologie und Mikrobiom verknüpft sind. Für medizinisches Fachpersonal und Labordiagnostikerinnen und Labordiagnostiker stellt sich dabei zunehmend die Aufgabe, immunologische Zusammenhänge auch laboranalytisch abbildbar zu machen. Dafür liefern verschiedene Laborparameter heutzutage wertvolle Informationen für die ernährungsmedizinische Betreuung und das Krankheitsmonitoring.

Ernährung im Fokus: präzise Diagnostik und Therapiekontrolle bei Zöliakie

Die Zöliakie ist eine chronische, immunvermittelte Erkrankung, ausgelöst durch Glutenbestandteile. Der Kontakt mit Gluten führt bei genetisch prädisponierten Personen zur Bildung von Autoantikör-

pern gegen das Enzym Gewebstransglutaminase (tTG). Die serologische Diagnostik beruht entsprechend auf dem Nachweis dieser tTG-Autoantikörper, wobei IgA-Antikörpern die größte klinische Bedeutung zukommt.

Für die tägliche Laborpraxis bedeutet das: Der sorgfältige Nachweis von tTG-IgA-Antikörpern ist Voraussetzung für eine zuverlässige Zöliakiediagnostik. Moderne Analysensysteme mit Chemilumineszenz-(CIA)-Technologie liefern quantitative Ergebnisse über einen breiten dynamischen Messbereich hinweg und erfassen schon geringe Veränderungen im Antikörperspiegel präzise und frühzeitig.

Diese analytische Sensitivität ist insbesondere im Verlauf entscheidend: Patienten, die nach Diagnosestellung eine glutenfreie Ernährungsweise einhalten, zeigen meist einen deutlichen Rückgang der tTG-IgA-Titer. Bleiben die Werte hingegen erhöht oder steigen erneut an, weist das auf eine unzureichende Diätcompliance oder eine versteckte Glutenexposition hin. Ein Nachweis

Präzise und moderne medizinische Labordiagnostik und Therapiekontrolle bei Zöliakie.

von tTG-IgA mittels Chemilumineszenz ermöglicht eine reproduzierbare, hochlineare Quantifizierung, auch im stark positiven Bereich – ein entscheidender Vorteil für das präzise Monitoring einer glutenfreien Diät ab Tag eins der Therapie.

Bauchbeschwerden verstehen: Wie moderne Tests, Ernährung und individuelle Behandlung zusammenwirken

Nicht jede Form von Bauchbeschwerden lässt sich sofort einordnen. Wenn eine entzündliche Darmerkrankung vorliegt, ist es für die maßgeschneiderte Behandlung wichtig, zu unterscheiden, mit welcher Form der Erkrankung man es zu tun hat: Beim Reizdarmsyndrom liegt die Ursache in einer gestörten Darmfunktion ohne sichtbare Entzündung, während chronische, entzündliche Darmerkrankungen wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa durch eine fehlgeleitete Immunreaktion entstehen.

Ab dem 1. Tag der Therapie mit einer glutenfreien Diät hilft Monitoring bei der erfolgreichen Ernährungsstrategie.

Gezielte Blut- und Stuhltests helfen, die richtige Diagnose zu stellen, um mit passender Ernährung und individueller Therapie den Betroffenen bestmöglich zu helfen.

Bestimmte Antikörper im Blut gegen Darmflorakomponenten deuten häufig auf Morbus Crohn hin, nicht aber auf Colitis ulcerosa oder das Reizdarmsyndrom. Ebenso wertvoll ist der Nachweis von Calprotectin im Stuhl. Dieses Eiweiß wird bei Entzündungen im Darm freigesetzt. Erhöhte Werte sind ein klarer Hinweis darauf, dass tatsächlich eine Entzündung vorliegt. In der Praxis dient dieser Test oft als erster Schritt, um abzuklären, dass hinter Reizdarmähnlichen Beschwerden eine organische Ursache steckt. Der Nachweis von PR3-Antikörpern im Blut kann helfen, eine Colitis ulcerosa von Morbus Crohn abzugrenzen und anzuzeigen, wie hoch die Entzündungsaktivität ist und wie gut eine Behandlung anschlägt.

Solche Hinweise erlauben die frühzeitige Einleitung einer personalisierten Therapie mit Anpassung der Ernährung an entzündungsspezifische Inhaltsstoffe (zum Beispiel ballaststoffarm oder probiotisch), die den Therapieerfolg maßgeblich fördern.

Ernährung als Therapie – und Diagnostik als Kompass

Die Integration laborchemischer Parameter in ernährungsmedizinische Konzepte ist ein wesentlicher Schritt in Richtung personalisierte Medizin. Durch präzise quantitative Analysen lässt sich die Wechselwirkung von Ernährung, Immunsystem und Darmbarriere messbar machen.

Für Patientinnen und Patienten mit Zöliakie, chronischen Darmerkrankungen oder Reizdarmsyndrom (RDS) sind Ernährung und Lebensstil zentrale Elemente der Therapie. Während bei Zöliakie die strikte glutenfreie Ernährung eine immu-

nologische Beruhigung bringt, profitieren viele RDS-Betroffene von individuell angepassten Ernährungsmodellen – etwa Low-FODMAP-Diäten oder gezielten Probiotika. Doch gerade diese Ernährungsumstellungen zeigen nur dann nachhaltige Wirkung, wenn Diagnostik und Ernährungsberatung Hand in Hand gehen.

Ein abgestimmtes Laboranalysespektrum liefert die Grundlage dafür: Es bietet Ärzten und Ernährungsfachkräften die Möglichkeit, immunologische Aktivität objektiv zu messen, den Verlauf zu verfolgen und Therapieerfolge im Zeitverlauf zu dokumentieren.

Lebensqualität zurückzugeben und das Gleichgewicht im Inneren wiederzufinden: Das sind die Ziele und Chancen eines ausgewogenen Zusammenspiels von Diagnostik, Ernährung und Therapiekontrolle.

Durch präzise quantitative Analysen lässt sich die Wechselwirkung von Ernährung, Immunsystem und Darmbarriere messbar machen.

Therapiekontrolle bei Zöliakie



Glutenfreie Diät

