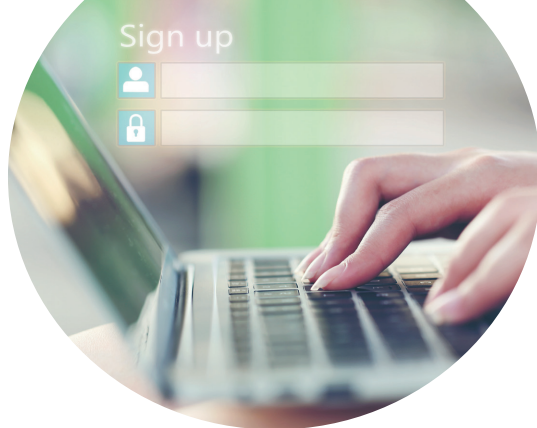


Vlaamse Coeliakievereniging

De Vlaamse Coeliakievereniging (VCV) is een patiëntenorganisatie die, samen met een medische en een dieetadviesraad, ondersteuning verleent aan haar leden via:

- publicaties
- Coeliakiemagazine (driemaandelijks)
- handleiding voor de coeliakiepatiënt
- horecafolder bestemd voor hotels en restaurants
- reispasjes met vertalingen van het glutenvrij dieet
- boekje etikettering (Ingrediëntenlijst met vermelding wat toegelaten is in het glutenvrij dieet)
- adressen van dieetwinkels, restaurants en hotels met glutenvrije dienstverlening
- schoolbrochure 'Een kind met coeliakie in mijn klas, en nu ... ?!'
- glutenvrije hosties



Hoe lid worden van VCV?

Lid worden doe je via het formulier 'lid worden' op www.coeliakie.be



contactmomenten

- jaarlijkse ledendag met gastsprekers en een glutenvrije markt
- glutenvrije wintermarkt
- belangenverdediging op nationaal en internationaal vlak



www.coeliakie.be
info@coeliakie.be



Vlaamse Coeliakievereniging vzw

Patiëntenorganisatie
voor mensen
met glutenintolerantie

Wat is coeliakie?

GLUTEN

IS AANWEZIG

IN TARWE, ROGGE,

GERST, SPELT EN KAMUT



Wat is gluten?

Gluten is een plantaardig eiwit dat aanwezig is in **tarwe, rogge, gerst, spelt en kamut**. Haver wordt vaak gecontamineerd met tarwe, om die reden raden we aan om enkel gecertificeerde glutenvrije haver te gebruiken.



Wat is coeliakie?

Coeliakie, ook wel **glutenintolerantie** genoemd, is een auto-immuunziekte die uitgelokt wordt door inname van gluten.

Bij mensen met coeliakie ontstaan door het eten van gluten ontstekingsreacties in het slijmvlies van de dunne darm. Een gezonde dunne darm bestaat uit vingervormige uitstulpingen (darmvlokken) die het opname oppervlak vergroten.

Bij coeliakiepatiënten worden de darmvlokken aangetast, waardoor voedingsstoffen niet goed meer opgenomen kunnen worden. Een **tekort** aan **essentiële voedingsstoffen** kan hiervan een gevolg zijn.

Coeliakie kan zowel bij **kinderen** als **volwassenen** worden vastgesteld.

De diagnose kan vermoed worden door een bloedonderzoek maar kan enkel met zekerheid gesteld worden door een dunnedarmbiopsie.

De behandeling van coeliakie omvat een **strikt glutenvrij** dieet voor het hele leven.

In België wordt de prevalentie van coeliakie geschat op **1 op 100 Belgen**. Het aantal gediagnosticeerde gevallen is echter beduidend lager (1 op 1000).

Wat zijn de symptomen?

Zowel bij volwassenen als bij kinderen kan het ziektebeeld enorm verschillen. Tevens komen niet alle symptomen samen voor:

- diarree
- verteringsstoornissen
- buiklast
- tekort aan vitamines en mineralen
- bloedarmoede
- vermoeidheid
- groeiachterstand
- botontkalking
- gewichtsverlies
- puberteitsvertraging
- onvruchtbaarheid (infertiliteit)
- miskramen
-

Wat is de behandeling?

Aangezien gluten de schadelijke factor is, zal de behandeling bestaan uit het volgen van een glutenvrij dieet. Dit betekent dat **alles wat gluten kan bevatten volstrekt verboden is**. Omdat tarwe, rogge, gerst, spelt en kamut gluten bevatten, zijn bloem en zetmeel van deze graansoorten verboden. Ook alle bereidingen waarin deze graansoorten zijn verwerkt, zijn bijgevolg verboden.