



## PRESSEMITTEILUNG

---

**Titel** Studie deckt auf: Ein Drittel der Reizdarmpatienten fühlen sich durch glutenfreie Ernährung besser

---

**Datum** 17.10.2016

**Seiten** 2

---

### Studie deckt auf: Ein Drittel der Reizdarmpatienten fühlen sich durch glutenfreie Ernährung besser

Burgstall (I), Oktober 2016: Eine aktuelle Studie der Charité Berlin zeigt, dass ein Drittel der Reizdarmpatienten positiv auf eine glutenfreie Ernährung reagierten und somit eine Weizensensitivität haben. Veröffentlicht wurde die sogenannte Gluten Sensitivity In IBS (GIBS)-Studie im International Journal of Colorectal Disease.

Seit einigen Jahren gibt es Hinweise darauf, dass die Symptome bei Patienten mit Reizdarmsyndrom (IBS) durch Gluten oder Weizen ausgelöst werden können, bei denen folglich eine Gluten-/ Weizensensitivität vorliegt. Im Rahmen der GIBS-Studie der Charité Berlin sollte geprüft werden, ob bestimmte Erbmerkmale der Patienten auf eine Gluten-/ Weizensensitivität hinweisen und der Betroffene folglich mit einer glutenfreien Diät (GFD) behandelt werden könnte. Generell werden drei Reizdarmsubtypen unterschieden, wobei in der vorliegenden Studie die langfristigen Effekte einer GFD bei Reizdarmpatienten des *Diarrhoe-dominanten* und des *gemischten Typs* untersucht werden. Um eine korrekte Durchführung der GFD zu gewährleisten, wurden die Studienteilnehmer genau über die Details einer glutenfreien Diät aufgeklärt. Die Ergebnisse wurden kürzlich im International Journal of Colorectal Disease veröffentlicht.

#### Symptomverbesserung bei 34 Prozent der Reizdarmpatienten

Die Studienergebnisse belegen einen deutlichen Therapieerfolg mit dem Einsatz einer glutenfreien Ernährung: **34 Prozent** der getesteten IBS-Patienten zeigten eine deutliche oder vollständige Besserung im Rahmen einer viermonatigen glutenfreien Ernährung. Eingeschlossen in die Studie waren Patienten des Diarrhoe-dominanten und des gemischten Typs, wobei beide Typen etwa in gleicher Häufigkeit auf die glutenfreie Ernährung reagierten.

Das unerwartete Ergebnis: Bei einigen Reizdarmpatienten besserten sich die Beschwerden erst nach bis zu zwei Monaten. Bisher war man davon ausgegangen, dass bereits nach zwei Wochen der glutenfreien Diät festgestellt werden kann, ob ein Patient weizensensitiv ist oder nicht.

#### Positive Wirkung führt zu langfristiger glutenfreien Ernährung

Unter den Patienten gab es einige, deren Beschwerden mit einer GFD zwar nicht vollständig verschwanden, die aber trotzdem durch die Diät eine deutliche Verbesserung der Symptome verspürten und diese daher beibehielten. Eine Nachbefragung ein Jahr nach Studienbeginn zeigte zudem einen sehr hohen Anteil von Patienten, die sich weiterhin glutenfrei ernährten und nur gelegentlich von dieser Diät abwichen.

„Der hohe Anteil von IBS-Patienten mit langfristiger Verbesserung ihrer Reizdarmsymptome unter GFD unterstreicht, dass es durchaus sinnvoll sein kann, bei nicht-konstipierten Reizdarmpatienten eine GFD als effektive Therapieoption in Betracht zu ziehen“, fasst **Dr. Ullrich** zusammen.

### **Strenge Kriterien zur Besserung der Beschwerden**

Ein für IBS gängiges Verfahren zur Erfassung der Therapieantwort in Studien ist die subjektive, allgemeine Beurteilung der Symptomverbesserung, bei der die Patienten wöchentlich ihre aktuellen Beschwerden im Vergleich zur Situation vor Behandlungsbeginn einschätzen. Als Therapieerfolg werden Patienten gewertet, die mindestens bei 50 Prozent der Befragungen eine komplette oder deutliche Besserung ihrer Beschwerden angeben, wobei für Dauertherapien eine mindestens viermonatige Beobachtungszeit gefordert wird.

„Wir haben in unserer Studie an der Charité Berlin dieses Kriterium auf 75 Prozent verschärft, d. h. eine komplette oder deutliche Besserung für mindestens 12 von 16 Wochen gefordert, um Weizensensitivität zu diagnostizieren, da durch Gluten verursachte Beschwerden eigentlich verschwinden sollten, wenn die Patienten kein Gluten mehr zu sich nehmen“, erklärt **Dr. Reiner Ullrich**, Koordinator der Studie.

### **Die Studie**

35 Patienten nahmen an der Studie teil. Sie ernährten sich nach einer vierwöchigen Beobachtungsphase ohne Intervention vier Monate glutenfrei und wurden in diesem Zeitraum wöchentlich zu ihrem Befinden befragt. Nach einem Jahr wurde eine erneute Befragung durchgeführt.

Im Rahmen der Studie wurde geprüft, ob sich die genetischen Merkmale HLA-DQ2 oder HLA-DQ8 für die Diagnose einer Gluten-/ Weizensensitivität eignen. Bei allen Studienteilnehmern wurde mithilfe einer der etablierten Diagnostika vorab das Vorliegen einer Zöliakie ausgeschlossen.

Weitere Informationen zur Studie finden sich hier:

Barmeyer, C., Schumann, M., Meyer, T. et al.: Long-term response to gluten-free diet as evidence for non-celiac wheat sensitivity in one third of patients with diarrhea-dominant and mixed-type irritable bowel syndrome. *Int J Colorectal Dis* (2016). doi:10.1007/s00384-016-2663-x

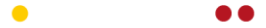
<http://link.springer.com/article/10.1007/s00384-016-2663-x>  
<http://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs00384-016-2663-x.pdf>

### **Die Dr. Schär Unternehmensgruppe und die Marke Schär**

Die Unternehmensgruppe Dr. Schär bietet Menschen, die sich glutenfrei ernähren, mit der Marke Schär das breiteste Sortiment an schmackhaften, hochwertigen und sicheren glutenfreien Produkten. In Europa ist Dr. Schär im Bereich glutenfreie Lebensmittel Marktführer. Das Sortiment von 120 glutenfreien Produkte reicht von Brot, Pasta und Keksen bis hin zu Mehlen, Cerealien, Tiefkühlprodukten und verschiedene Snacks. Schär arbeitet eng mit Ernährungsexperten zusammen, hat ein hauseigenes Forschungs- und Entwicklungszentrum und bietet den Betroffenen auch umfangreiche Beratungs- und Servicedienstleistungen. In Deutschland erreicht die Unternehmensgruppe aktuell einen Marktanteil von ca. 67%; im Rest Europas liegt der Marktanteil bei durchschnittlich 35 bis 40%. 2015 hat Dr. Schär einen Umsatz von 320 Millionen Euro erzielt. Weitere Informationen gibt es unter [www.schaer.com](http://www.schaer.com).

### **Gluten-/Weizensensitivität**

Bauchschmerzen, Blähungen, Übelkeit, Durchfall, Migräne und Völlegefühl – Gluten löst bei vielen Menschen Beschwerden aus und das oft sehr unspezifisch. Während Zöliakie und Weizenallergie gut erforscht sind, wird derzeit über eine neue Form der Gluten-Unverträglichkeit diskutiert: Gluten-/Weizensensitivität. Eine konkrete Diagnoseerstellung ist bislang noch nicht möglich, Zöliakie und Weizenallergie müssen aber zunächst medizinisch ausgeschlossen werden. Wie häufig Gluten-/Weizensensitivität auftritt, ist noch nicht erforscht. Experten vermuten jedoch, dass sie häufiger vorkommt als Zöliakie.



### **Hintergrund Zöliakie**

In Deutschland ist die Zahl der Zöliakiebetroffenen hoch: Es sind zwar nur circa 70.000 Menschen diagnostiziert, man rechnet aber mit rund 400.000 Menschen, die von der Gluten-Unverträglichkeit Zöliakie betroffen sind, ohne es zu wissen. Das Klebereiweiß Gluten ist in zahlreichen Getreidesorten enthalten, unter anderem in Weizen, Roggen, Gerste und Dinkel. Bei Menschen mit Zöliakie lösen bereits geringste Mengen Gluten eine chronische Entzündung der Dünndarmschleimhaut aus, mit zum Teil schwer wiegenden Symptomen. Die einzig mögliche Therapie der Zöliakie besteht in einer lebenslangen streng glutenfreien Ernährung.

### **Weitere Informationen können Sie gerne anfordern bei**

häberlein & mauerer ag

Sabrina Keller

Franz-Joseph-Str. 1

80801 München

Tel.: +49 89 38108 184

Fax: +49 89 38108 150

E-Mail: [drschaer@haebmau.de](mailto:drschaer@haebmau.de) oder [sabrina.keller@haebmau.de](mailto:sabrina.keller@haebmau.de)

Diese Pressemitteilung und Bildmaterial in druckfähiger Auflösung finden Sie zum Download unter [presstalk.drschaer.com](http://presstalk.drschaer.com).