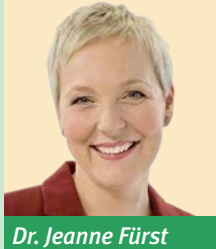


Arzt-Termin



Dr. Jeanne Fürst

TV-Moderatorin

«gesundheitheute»
im Gespräch mit
Debora Bärtschi, dipl.
Ernährungsberaterin
St. Claraspital, Basel

Ist es schädlich für gesunde Menschen, laktose- und glutenfreie Lebensmittel zu konsumieren?

Nein, schädlich ist dies nicht. Da gesunde Menschen laktose- und glutenhaltige Produkte aber problemlos verdauen können, ist ein Verzicht darauf unnötig und – gerade bei glutenfreien Produkten – teuer. Neben der Zöliakie gibt es eine neuere Form von Glutenunverträglichkeit – die Glutensensitivität (in der Fachsprache «Non Celiac Gluten Sensitivity» oder «NCGS»). Wir wissen noch wenig über dieses Krankheitsbild, und es wird viel geforscht. Wenn eine Person jedoch den Eindruck hat, auf glutenhaltige Nahrungsmittel zu reagieren, empfehle ich die Abklärung bei einem Magen-Darm-Spezialisten und einer dipl. Ernährungsberaterin HF/FH. Sollte sich der Verdacht auf eine NCGS bestätigen, kann eine glutenfreie Ernährung durchaus Sinn machen.

TV-Tipp: gesundheitheute «Lebensmittelunverträglichkeit»:
SRF 1, Samstag, 2. September, 18.10 Uhr.