



آنها که از نان خوردن افتادند

بیماری سلیاک یک اختلال مزمن گوارشی است که در آن با آسیب به پوشش داخلی روده کوچک، مواد معدنی و مواد مغذی جذب نمی‌شود.

جام جم آنلاین: بیماری سلیاک یک اختلال مزمن گوارشی است که در آن با آسیب به پوشش داخلی روده کوچک، مواد معدنی و مواد مغذی جذب نمی‌شود.

ایجاد التهاب و تخریب پرزهای داخلی روده کوچک در این بیماری، ناشی از یک واکنش آلرژیک ایمنولوژیکی نسبت به گلوتن (یکی از پروتئین‌هایی که در گندم، جو، چاودار و جو دوسر یافت می‌شود) است.

افراد مبتلا به سلیاک ممکن است علائمی مانند اسهال، چربی در مدفوع، کاهش وزن، کم‌خونی ناشی از کمبود آهن، خونریزی‌های غیرعادی یا ضعف استخوانی را نشان دهند.

اگرچه بسیاری از بزرگسالان ممکن است هیچ علائمی بجز ناراحتی‌های جزئی معده مانند نفخ، ورم شکمی و گاز زیاد را نداشته باشند، کودکان مبتلا به سلیاک، در صورت درمان نشدن ممکن است دچار توقف رشد شوند که به کوتاه‌قدی در بزرگسالی منجر می‌شود.

شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد بخشی از واکنش آلرژیک نسبت به گلوتن، ژنتیکی و بخشی، غیرژنتیکی است بنابراین تقریباً 10 درصد از بستگان درجه یک (والدین، فرزندان، خواهر و برادر) اشخاص مبتلا به سلیاک نیز این بیماری را خواهند داشت.

بعلاوه تقریباً 30 درصد از دوقلوهای ناهمسان و 70 درصد از دوقلوهای همسان نیز به این بیماری مبتلا خواهند شد. مکانیسمی که طی آن آن‌ها (از پروتئین‌های تشکیل‌دهنده گلوتن)، باعث ایجاد واکنش آلرژیک می‌شود، دقیقاً مشخص نیست.

به نظر می‌رسد 171#&؛ گلیادین؛ به طور کامل توسط آنزیم‌های روده شکسته نمی‌شود و زنجیره‌های بلندتر آمینواسیدها، دست‌نخورده باقی می‌مانند.

علائم بیماری: کاهش جذب سه دسته بزرگ مواد مغذی یعنی کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها در بیماری سلیاک، منجر به بروز علائمی می‌شود. در این میان، چربی‌ها بیش از همه تحت تأثیر قرار می‌گیرند و بیشتر علائم معدوی و روده‌ای، ناشی از جذب ناکافی چربی‌ها هستند که از جمله آنها می‌توان به اسهال، بدبویی و افزایش چربی در مدفوع و نفخ معده اشاره کرد.

مدفوع چرب معمولاً دارای حجم زیاد بوده و به رنگ قهوه‌ای یا خاکستری روشن است و چربی هضم نشده ممکن است روی آن دیده شود. سوءجذب کربوهیدرات‌ها بخصوص لاکتوز نیز به دلیل تخریب آنزیم‌های لاکتاز است که بر سطح پرزهای روده کوچک قرار گرفته و همراه با آن از بین می‌رود.

ضمن این‌که به طور کلی افراد مبتلا به سلیاک، به دلیل کاهش فعالیت لاکتاز نسبت به لاکتوز، مقاومت نشان می‌دهند.

علائم سوءجذب لاکتوز، از جمله اسهال، بوی بد، نفخ و ورم معده به دلیل ورود لاکتوز جذب نشده از روده کوچک به کولون است.

از سوی دیگر، باکتری‌هایی که به طور طبیعی در کولون وجود دارند، حاوی لاکتاز هستند و با شکستن لاکتوز، باعث آزاد شدن گاز زیاد (هیدروژن یا متان) می‌شوند که با مدفوع خارج می‌شود.

علائم سوءتغذیه و کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی، به صورت کاهش وزن، احتباس مایعات، کم‌خونی، پوکی استخوان، خون‌مردگی، آسیب‌های عصبی، ناباروری و ضعف عضلانی بروز می‌کند. همچنین افراد مبتلا به دلیل کاهش جذب مواد مغذی، اغلب اشتهازی زیادی دارند.

در این بیماری، نفوذ مایعات به بسیاری از بافت‌های بدن بخصوص پاها (به دلیل کاهش سطح پروتئین خون)، منجر به ادم (تورم) در این نواحی می‌شود.

از طرفی، کاهش جذب ویتامین D و کلسیم می‌تواند باعث پوکی و شکستگی‌های استخوانی شود و نیز کاهش جذب ویتامین K

از طرف دیگر مصرف ماهی، گوشت‌های تازه، برنج، ذرت، سویا، لوبیاها، سیب‌زمینی، ماکیان، میوه‌ها و سبزیجات در این بیماری بلامانع است. همچنین لازم است بیماران در صورت کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی ناشی از سوءجذب این مواد، از مکمل‌ها استفاده کنند.

بیماران باید پیش از خرید هرگونه محصولی، به برجسب ترکیبات موجود در آن توجه کنند، چرا که ممکن است محصولی که قبلاً فاقد گلوتن بوده، اکنون حاوی گلوتن باشد. در بسیاری از اشخاص، یک رژیم فاقد گلوتن می‌تواند به بهبود علائم در عرض چند هفته منجر شود.

در صورتی که به‌رغم چند ماه رژیم فاقد گلوتن، علائم بهبود نیابد، درمان‌های دارویی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

از انواع داروها می‌توان به کورتیکو استروئیدها مانند پردنیزون و داروهای بازدارنده سیستم ایمنی مانند آزاتیوپرین (ایموران، آزاسان) و سیکلوسپورین اشاره کرد.

هر دو دسته از این داروها، قوی بوده و دارای اثرات جانبی زیادی هستند و می‌توانند خطر عفونت‌های خطرناک را افزایش دهند. متأسفانه در برخی از بیماران به‌رغم مصرف داروها، سوءتغذیه و سوءجذب افزایش می‌یابد.

در این گونه موارد، تنها راه رساندن کالری، کربوهیدرات‌ها، آمینواسیدها و چربی به شخص از طریق وریدی است.

به طور کلی بیماری سلیاک می‌تواند عوارضی مانند زخم‌های روده کوچک، سلیاک کولائزئوس و سرطان‌های غدد لنفاوی و لایه داخلی روده را در پی داشته باشد. علائم سرطان روده کوچک، شامل کاهش وزن، خونریزی داخلی روده، استفراغ و تب است.

در سلیاک کولائزئوس، علائم با رژیم فاقد گلوتن بهبود نمی‌یابد و پس از چند سال، مقدار زیادی بافت اسکار (کلاژن)، درست در زیر جدار روده شکل می‌گیرد.

فروغ فلاح‌زاده