

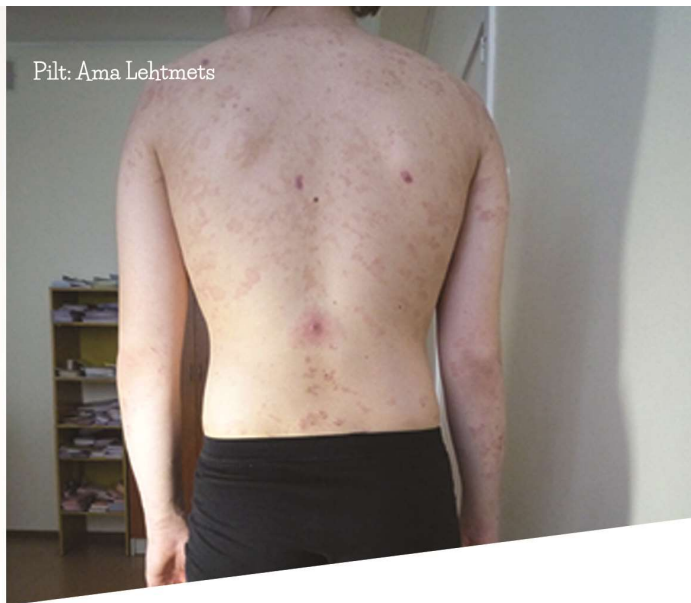
Nahatsöliaakia

ehk herpetiformne dermatiit

I Mis on tsöliaakia?

Tsöliaakia on geneetilise eelsoodumusega krooniline autoimmuunhaigus, mille puhul on inimesele keelatud nisu, rukis, oder ja ristsaastunud kaer ning neid teravilju sisaldavad tooted. Keelatud teraviljades sisalduva valgu toimel kahjustuvad tsöliaakiahaigel peensoole limaskestast hatud. Nende kaudu aga imenduvad organismi olulised toitained – valgud, rasvad, süsivesikud, vitamiinid ja mineraalained. Seega esineb ravimata ja diagnoosimata tsöliaakiahaige organismis toitainete puudus, mis toob omakorda kaasa erinevaid tsöliaakiaga kaasnevaid haiguseid (aneemia, osteoporoos, hammaste kahjustused jne). Range gluteenivaba dieediga peensoole limaskestast hatud paranevad ning toitainete imendumine taastub.

Pilt: Ama Lehtmets



II Mis on nahatsöliaakia?

Nahatsöliaakia on üks tsöliaakia avaldumisvorme ja seda esineb 10–25% soolekahjustusega patsientidest. **Nahatsöliaakia e herpetiformne dermatiit on harvaesinev, tugevalt sügelev villiline autoimmuunne haigus, mis jääb püsima kogu eluks.** Lööve on sagedamini jäsemete sirutuspindadel, peanahal, tuharatel, küünarnukkidel ja põlvedel. Kuid kahjustused võivad esineda ka ükskõik millises muus nahapiirkonnas. 75–80%-l nahatsöliaakia patsientidel esineb ka klassikaline gluteenist põhjustatud soolekahjustus, kuid ainult 20%-l neist esineb tavapäraseid tsöliaakia sümptomeid.

III Nahatsöliaakia diagnoosimine

Nahatsöliaakiat võib segi ajada sügeliste, putukahammustuste, atoopilise nahapõletiku, ravimi- jm löövetega. Ligikaudu 10% nahatsöliaakia patsiente põeb teisi autoimmuunseid haigusi, näiteks autoimmuunset kilpnäärmehaigust, 1. tüüpi diabeeti jne. Sügeleva nahalööbe olemasolul tuleb nahatsöliaakiat kahtlustada kindlasti soolevormi diagnoosi saanud tsöliaakiahaigel või nende I astme sugulastel. **Nahatsöliaakiat diagnoositakse nahalt võetud biopsiaga (mõnikord on vajalik ka peensoole biopsia).** Enne diagnoosimist ei tohi pidada gluteenivaba dieeti. Nahatsöliaakia võib avalduda igas vanuses. Eesti Haigekassa andmetel diagnoositi aastatel 2006–2015 Eestis nahatsöliaakiat kolmel inimesel 100 000 inimese kohta.

Et olla kindel analüüside tulemuste õigsuses, tuleb kuni antikeha vereproovi andmiseni ja biopsia võtmiseni jätkata gluteeni sisaldavate toitude söömist. Kui te olete juba gluteeni oma menüüst välja jätnud, siis peate vähemalt kuus nädalat enne proovide andmist hakkama rohkem kui ühel toidukorral päevas uuesti gluteeni tarbima.

IV Nahatsöliaakia ravi

Ka nahatsöliaakia korral on raviks eluaegne gluteenivaba range dieet. Õige toiduga väheneb vajadus nahanähtude raviks kasutatavate ravimite järele ning on väiksem oht tüsistusteks. Lisaks gluteenivabale dieedile määrab arst vastavalt vajadusele muud ravimid (dapsoon, põletikuvastased steroidid jm). Nahanähtude taandumine on väga individuaalne. Enam kui 70% rangel gluteenivabal dieedil olevaid patsiente saab 24 kuu jooksul aeglaselt dapsoonravi lõpetada. Dapsoonil võivad esineda kõrvalmõjud – seetõttu on oluline leida toimiv annus. Juba väga väike kogus söödud gluteeni kahjustab organismi. Gluteeni sisaldavad kosmeetikatooted on nahatsöliaakiahaigetele sobilikud.

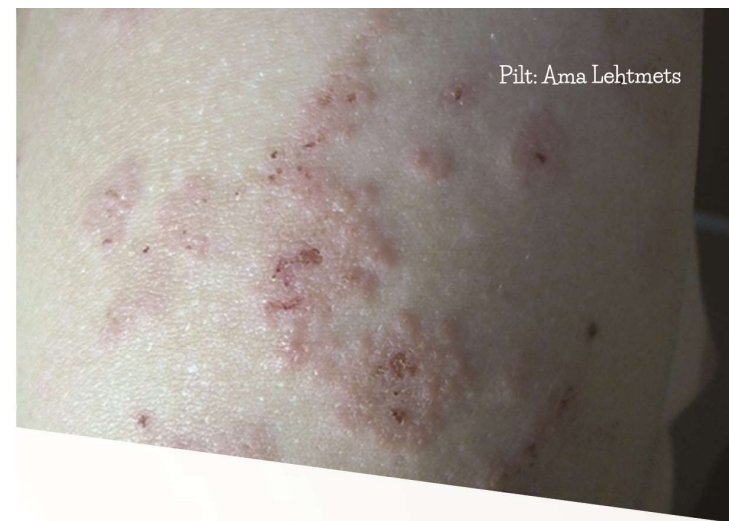
V Gluteenivaba dieet ja kaubamärk

Euroopa Liidu seadusandluse alusel on toode gluteenivaba, kui selle gluteenisaldus ei ületa 20mg/kg kohta. Gluteenivabadele toodetele antakse ka lisagarantii gluteenivaba kaubamärgi näol:



Selle kaubamärgi saamiseks läbivad tooted väga range kontrolli. Teraviljatoodete puhul tuleb kindlasti eelistada kaubamärgiga tooteid, kuna just nende valmistamine on kõige suurema ristsaastumise ohuga!

Seltsi kodulehel on toodud tsöliaakiahaigetele lubatud ja keelatud toiduainete ja toidu-kaupade nimekirjad.



Pilt: Ama Lehtmets

VI Eesti Tsöliaakia Selts

Eesti Tsöliaakia Selts on mittetulundusühendus, mis tegeleb tsöliaakiahaigete toetamise ning nende huvide kaitsmisega. Täpsemalt saab lugeda Eesti Tsöliaakia Seltsi kodulehelt www.tsoliaakia.ee ja Facebookist.



Eesti
Tsöliaakia Selts

Kasutatud allikad:

- Inglismaa Tsöliaakia Selts. 2017. Dermatitis herpetiformis.
- Volke, A. 2016. Ettekanne „Nahatsöliaakia“.

Pilt: Ama Lehtmets