

«Έχω αλλεργία στο ψωμί»

Η γλουτένη, πρωτεΐνη που υπάρχει και στα ζυμαρικά, φέρνει τα πάνω κάτω στον οργανισμό 

ΔΗΜΟΣΙΕΥΘΗΚΕ: Τρίτη 3 Μαρτίου 2009

«Όταν η Νικόλ ήταν περίπου οχτώ μηνών και η διατροφή της εμπλουτίστηκε με τροφές, όπως δημητριακά, διαπιστώσαμε ότι παρ' όλο που έτρωγε δεν έπαιρνε βάρος, ενώ παράλληλα είχε πόνους και ανησυχία. Η επόμενη κίνησή μας ήταν η επίσκεψη στον γιατρό».

Η διάγνωση του γιατρού ξάφνιασε τον κ. Λουκά Ταμβακά και τη σύζυγό του. «Η Νικόλ διεγνώσθη με κοιλιοκάκη. Μέχρι εκείνη τη στιγμή δεν ξέραμε τι ακριβώς είναι. Εκτός από τις πληροφορίες που μας έδωσε η γιατρός, χρειάστηκε να ψάξουμε και στο Ίντερνετ», λέει στα «NEA» ο κ. Ταμβακάς.

Μία φέτα ζεστό ψωμί, ένα πιάτο σπαγγέτι με κόκκινη σάλτσα και ένα κομμάτι τούρτα σοκολάτα με παντεσπάνι, αποτελούν για τους περισσότερους γευστικές «αμαρτίες». Για μία μερίδα όμως καταναλωτών αυτά τα πιάτα- όπως και μια σειρά άλλων γεύσεων- είναι απαγορευτικά. Η αιτία; Ακούει στο όνομα γλουτένη.

Όπως επισημαίνει η παθολόγος- αλλεργιολόγος και πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Αλλεργιολογίας και Κλινικής Ανοσολογίας κ. Καλλιόπη Κόντου- Φίλη, η γλουτένη είναι πρωτεΐνη που εντοπίζεται στο σιτάρι, το κριθάρι, τη σίκαλη και τελευταίες έρευνες δείχνουν ως «ύποπτη» και τη



βρώμη. «Αυτή η πρωτεΐνη σε κάποια άτομα, τα οποία έχουν γενετική προδιάθεση, κάθε φορά που μπαίνει στον οργανισμό μέσω των τροφών που την περιέχουν, αντιδρά με συστατικά του λεπτού εντέρου, ουσιαστικά δηλαδή "πολεμά" το λεπτό έντερο, με αποτέλεσμα να δημιουργείται φλεγμονή. Εάν μάλιστα δεν διαγνωστεί εγκαίρως ή δεν τηρείται κατά γράμμα η θεραπεία, υπάρχει αυξημένη επίπτωση λεμφώματος ή ακόμη και καρκινώματος του εντέρου».

Εύκολη η θεραπεία

Στη χώρα μας υπολογίζεται ότι διαγιγνώσκονται με την ασθένεια κοιλιοκάκη ένας στους 200 ανθρώπους. «Αν αναλογιστεί κανείς ότι θεωρούμε μία ασθένεια συχνή όταν προσβάλει έναν στους 1.000 ανθρώπους, βλέπουμε ότι η κοιλιοκάκη είναι ένα αρκετά συχνό πρόβλημα». Η θεραπεία είναι σύμφωνα με τους γιατρούς σχετικά εύκολη: «Απλά απομακρύνεις από τους ασθενείς τροφές που περιέχουν την πρωτεΐνη

γλουτένη», λέει.


«Αναγκαστικά η Νικόλ από πολύ μικρή ηλικία έπρεπε να ακολουθήσει μία δίαιτα, απαλλαγμένη από γλουτένη, η οποία μάλιστα είναι ταυτόχρονα πολύ υγιεινή, αφού η διατροφή της περιέχει πλούσια γεύματα σε λαχανικά. Το φαγητό της παρασκευάζεται σχεδόν αποκλειστικά από τη σύζυγό μου, η οποία φτιάχνει στην κόρη μας κέικ, ψωμί με αλεύρι χωρίς γλουτένη, βάση για πίτσα κ.ά.», λέει ο κ. Ταμβακάς.

Τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότεροι επιχειρηματίες στον χώρο των τροφίμων βάζουν στα ράφια των καταστημάτων τους προϊόντα χωρίς γλουτένη. Έτσι, όσοι έχουν δυσανεξία στη γλουτένη, μπορούν να βρουν τα άλλοτε απαγορευμένα ζυμαρικά, ψωμί, ακόμη και γλυκά στην αγορά- κυρίως στα καταστήματα με βιολογικά προϊόντα. Για να χαρακτηριστεί μάλιστα ένα προϊόν «χωρίς γλουτένη» η συγκέντρωση της πρωτεΐνης θα πρέπει να είναι έως 20 mg/ kg. «Δεν ξέραμε πριν από 10 χρόνια τι είναι η ουσία αυτή και τι μπορεί να προκαλέσει. Μάθαμε όμως όταν ήρθε μια οικογένεια, το κοριτσάκι της οποίας είχε κοιλιοκάκη. Ήθελαν να της κάνουν μία τούρτα χωρίς γλουτένη για τα πρώτα της γενέθλια. Από τότε διαπιστώσαμε ότι δεν είναι μόνο αυτό το κορίτσι που αντιμετωπίζει το συγκεκριμένο πρόβλημα. Το πελατολόγιό μας συνεχώς μεγαλώνει», λέει η ιδιοκτήτρια του ζαχαροπλαστείου «Zucchero» στο Παλαιό Φάληρο κ. Μαρίνα Ντεμίρη. Τυροπιτάκια, κέικ, κουλούρια, τσουρέκια, μελομακάρονα αλλά και προφιτερόλ, είναι μερικά μόνο από τα προϊόντα «άνευ γλουτένης» που ετοιμάζει η κ. Ντεμίρη.

ΠΕΙΡΑΖΕΙ 1 ΣΤΟΥΣ 200

Στην Ελλάδα υπολογίζεται ότι διαγιγνώσκονται με την ασθένεια κοιλιοκάκη ένας στους 200 ανθρώπους. Είναι ένα αρκετά συχνό πρόβλημα

Βιολογικές λιχουδιές αλλά σε τσουχτερές τιμές

Ο ΠΙΟ ΓΛΥΚΟΣ πειρασμός για μικρούς και μεγάλους, η σοκολάτα, απαγορεύεται για όσους πάσχουν από κοιλιοκάκη. Όπως επισημαίνει ο κ. Ευριπίδης Ρουφάνης, πωλητής σε εισαγωγική εταιρεία σοκολάτας, αυτός είναι και ο λόγος που φέρνουν από την Ιταλία σοκολάτα χωρίς γλουτένη. «Τα τελευταία δύο χρόνια μάλιστα το ενδιαφέρον είναι μεγάλο. Μέχρι που μας παίρνουν στην εταιρεία για να μας ρωτήσουν πού μπορούν να βρουν τις σοκολάτες μας». Σε μερικές εβδομάδες μάλιστα θα λανσάρουν στην αγορά και παγωτό χωρίς γλουτένη. 

Μειωμένη ζήτηση

Ακόμη και κοφτό μακαρονάκι ή πένες με την ένδειξη «χωρίς γλουτένη» πωλούνται, κυρίως στα καταστήματα με βιολογικά προϊόντα. «Ξεκίνησαμε να παρασκευάζουμε ζυμαρικά χωρίς γλουτένη με ρυζάλευρο ή καλαμποκάλευρο όχι γιατί το θεωρήσαμε μία καλή επιχειρηματική κίνηση αλλά

γιατί διαπιστώσαμε τη δυσκολία που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι που πάσχουν από κοιλιοκάκη», λέει ο κ. Δημήτρης Μπαϊράνης, υπεύθυνος παραγωγής της εταιρείας Βιοτροφός.

Ωστόσο, όπως προσθέτει, η ζήτηση στα ζυμαρικά χωρίς γλουτένη δεν είναι ίδια με άλλα προϊόντα, όπως τα γλυκά ή το ψωμί. Όσο για το κόστος; Τα απαλλαγμένα από γλουτένη προϊόντα έχουν πιο τσουχτερές τιμές.

Έτσι, ένα κιλό αλεύρι χωρίς την πρωτεΐνη πωλείται προς 8 ευρώ, ενώ η ίδια ποσότητα συμβατικού δεν ξεπερνά τα 2 ευρώ.

<http://www.tanea.gr/default.asp?pid=2&ct=1&artid=4504805>

RSS FEEDS | ©2008 Δημοσιογραφικός Οργανισμός Λαμπράκη Α.Ε