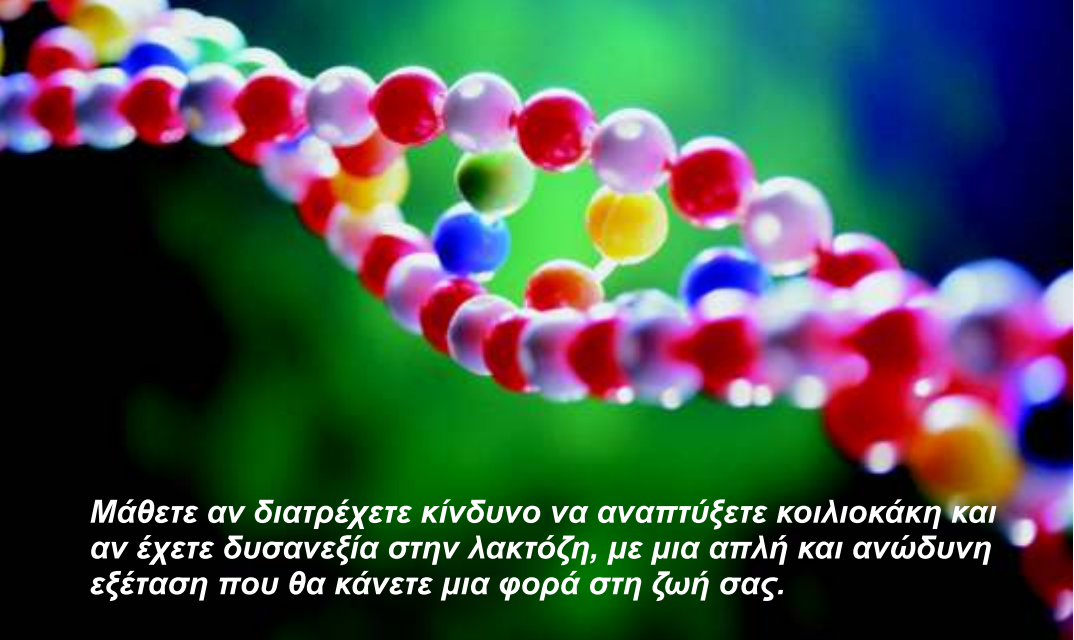




*Celiac disease and Lactose test*

Nutrigenomic Test  
focus on prevention

*Κοιλιοκάκη  
Δυσανεξία στη Λακτόζη*



**Μάθετε αν διατρέχετε κίνδυνο να αναπτύξετε κοιλιοκάκη και αν έχετε δυσανεξία στην λακτόζη, με μια απλή και ανώδυνη εξέταση που θα κάνετε μια φορά στη ζωή σας.**

- ✓ Το **DNA** που είναι ο κώδικας του ανθρώπινου οργανισμού, περιέχει το γενετικό υλικό και μας δίνει σημαντικές πληροφορίες για την πορεία της υγείας μας.
- ✓ Η ακατάλληλη διατροφή αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου για εμφάνιση κοινών παθήσεων.
- ✓ Κάποια γονίδια που σχετίζονται με τη διατροφή, παίζουν σημαντικό ρόλο στην εμφάνιση, στην εξέλιξη καθώς και στη σοβαρότητα πολλών κοινών παθήσεων.



### **Τι είναι το Celiac Disease and Lactose Test**

- ✓ Το **CDL Test** είναι ένα γενετικό τεστ που ελέγχει γονιδιακούς πολυμορφισμούς οι οποίοι σχετίζονται με την ανάπτυξη της κοιλιοκάκης και την δυσανεξία στη λακτόζη.

- ✓ Το αποτέλεσμα του τεστ περιλαμβάνει μια προσωπική αναφορά με οδηγίες και επισημάνσεις που αφορούν διατροφικές και προσωπικές συνήθειες. Οι οδηγίες αυτές είναι το κλειδί για τη μακροχρόνια πρόληψη της υγείας, καθώς επιτρέπουν να σταματήσουμε την εμφάνιση ή την εξέλιξη της νόσου παρεμβαίνοντας διατροφικά.

## Γιατί πρέπει να κάνουμε το **Celiac disease and Lactose Test**



1. για να αποκλείσουμε την ανάπτυξη της νόσου\*
2. γιατί σε κάποιους ανθρώπους που εμφανίζουν συμπτώματα της νόσου και δεν έχουν υποβληθεί σε βιοψία παρά μόνο σε αγωγή αποχής από τη γλουτένη, είναι ο μοναδικός τρόπος για να διαπιστώσουμε αν τα συμπτώματα αυτά οφείλονται στην κοιλιοκάκη.
3. γιατί ενδείκνυται στον καθένα ο οποίος εμφανίζει συμπτώματα της νόσου ενώ έχει αρνητικά αποτελέσματα σε ορολογικές αναλύσεις.

\* “πηγή The University of Chicago”



### **Είναι η κοιλιοκάκη μια σπάνια νόσος;**

- ✓ Η κοιλιοκάκη δεν είναι καθόλου σπάνια, προσβάλλει πάνω από το 1% του πληθυσμού και μπορεί να εμφανιστεί ή να διαγνωσθεί σε οποιαδήποτε ηλικία.

### **Τι συμβαίνει όταν η κοιλιοκάκη παραμένει αδιάγνωστη ;**

- ✓ Όσοι πάσχουν μακροχρόνια από τη νόσο και εξακολουθούν να παραμένουν αδιάγνωστοι και χωρίς θεραπεία, διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να παρουσιάσουν τις μακροπρόθεσμες επιπλοκές της νόσου, όπως είναι η οστεοπόρωση, η υπογονιμότητα, το εντερικό λέμφωμα, οι νευρολογικές διαταραχές.

## Τι είναι η **κοιλιοκάκη**;

- ✓ Είναι μια αυτοάνοση κληρονομική διαταραχή η οποία εμφανίζεται μετά από την κατανάλωση γλουτένης και επηρεάζει τη διαδικασία της πέψης (δυσασπορρόφηση βασικών ουσιών) στο επίπεδο του λεπτού εντέρου. Αυτό έχει σαν συνέπεια τη διαταραχή και άλλων συστημάτων του οργανισμού προκαλώντας συμπτώματα όπως: χρόνια διάρροια ή δυσκοιλιότητα, συχνά κοιλιακά άλγη, μετεωρισμοί, αρθραλγίες, νευρολογικές διαταραχές, μυϊκές κράμπες, ερπητοειδής δερματίτιδα, καθ' ἑξίν αποβολές.
- ✓ Η κοιλιοκάκη μπορεί επίσης να σχετίζεται και με διάφορα αυτοάνοσα νοσήματα όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα και οι θυρεοειδικές παθήσεις.
- ✓ Η κοιλιοκάκη είναι ανεπαρκώς διαγνωσμένη (σε ποσοστό 10% επί των πασχόντων)
- ✓ Οι επιπτώσεις εξαιτίας της κοιλιοκάκης έχουν πολλαπλασιαστεί 4 φορές τα τελευταία 50 χρόνια.

## Τι είναι η **γλουτένη**;



- ✓ Η γλουτένη είναι η κύρια πρωτεΐνη των δημητριακών και βρίσκεται σε **προϊόντα καθημερινής χρήσης** όπως το σιτάρι, η σίκαλη, το κριθάρι (ψωμί, ζυμαρικά κ.ά.)

## Τι σημαίνει **δυσανεξία στη λακτόζη**.

- ✓ Η λακτόζη είναι ένας υδατάνθρακας που περιέχεται στο μητρικό γάλα, στις βρεφικές τροφές και γενικότερα στα γαλακτοκομικά προϊόντα.
- ✓ Η δυσανεξία στη λακτόζη οφείλεται στην ανεπαρκή παραγωγή του ενζύμου λακτάση από τον οργανισμό οποίο είναι υπεύθυνο για τη διάσπαση της λακτόζης.
- ✓ Η ανεπαρκής παραγωγή της λακτάσης υπάρχει είτε εκ γενετής από πολυμορφισμό του γιονιδίου που είναι υπεύθυνο για τη παραγωγή του ενζύμου ή αναπτύσσεται δευτερογενώς σε οποιοδήποτε στάδιο της ζωής.
- ✓ Η δυσανεξία στη λακτόζη εκδηλώνεται με συμπτώματα όπως διάρροια, ναυτία, μετεωρισμοί, κοιλιακά άλγη, τα οποία εμφανίζονται εντός 30-60 λεπτών μετά την κατανάλωση γάλακτος.





## **Η κοιλιόκακη μπορεί να προσβάλλει τα παιδιά ;**

- ✓ Η κοιλιόκακη είναι μια κληρονομική νόσος που προσβάλλει με τον ίδιο ρυθμό ενήλικες, βρέφη και παιδιά. Ένα παιδί διατρέχει αυξημένο κίνδυνο να αναπτύξει κοιλιόκακη όταν κάποιο μέλος της οικογένειας (γονείς ή αδέρφια) πάσχει από τη νόσο.
- ✓ Τα πρώτα συμπτώματα που οδηγούν στο γιατρό είναι οι γαστρεντερικές ενοχλήσεις, οι συχνές και δύσσομες κενώσεις και η απώλεια ή στασιμότητα βάρους.

- ✓ Ο γενετικός έλεγχος μπορεί να γίνει οποιαδήποτε στιγμή της ζωής μετά τη γέννηση, ακόμα και με το **αίμα του ομφάλιου λώρου**.



**ΓΡΑΦΕΙΑ ΑΘΗΝΩΝ:** Πύργος Αθηνών Λεωφ. Μεσογείων 2-4  
Κτήριο Α' (1ος όροφος),  
ΤΚ: 11527 Τηλ: 210.77.08.882, 210.77.08.218 Fax: 210.77.90.788

**ΓΡΑΦΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ:** Λεωφ. Γεωργικής Σχολής 65  
ΤΚ. 57001, Κτήριο ZEDA Τηλ.: 2310.474.282, 2310.474.284  
Fax: 2310.474.285

[www.biohellenika.gr](http://www.biohellenika.gr)

[info@biohellenikasa.gr](mailto:info@biohellenikasa.gr)