

Celiaki - barn, behandlingsriktlinje dietist

Bakgrund

Celiaki är en autoimmun tarmsjukdom där behandlingen är en livslång glutenfri kost. Frekvensen av celiaki hos barn i Sverige är 1 till 2 procent. Vid glutenintolerans triggas glutenprotein i vete, råg och korn igång en autoimmun reaktion i tunntarmen, som gör att tarmluddet i tarmslemhinnan skadas. Symtom hos barn är ofta avplanad längd- och viktutveckling. Mag-tarmsymtom som smärta, hård eller lös avföring samt flatulens är vanligt. Vid tarmskada och obehandlad celiaki är näringsupptaget försämrat. För att dietist ska ge kostråd vid celiaki krävs att barnläkare på barnkliniken har fastställt diagnosen med hjälp av blodprov som visar förhöjda transglutaminaser eller att tunntarmsbiopsi visar villusatrofi.

Behandlingens syfte

Normaliserad tarmslemhinna samt adekvat tillväxt.

Samverkande parter

Barnkliniken Länssjukhuset Ryhov

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Jönköping/Huskvarna

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Eksjö

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Värnamo

Remissuppgifter

- Diagnosen skall vara ställd enligt ovan.
- Eventuella bristtillstånd.
- Andra sjukdomar som kan inverka på nutritionsbehandlingen, till exempel diabetes.

Behandling

Livslång behandling med glutenfri kost som innebär att individen utesluter livsmedel som innehåller vete, korn och råg. Glutenfri havre kan ingå i kosten.

Behandling/Behandlingsmål

Adekvat tillväxt och symtomfrihet med hjälp av glutenfri kost som överensstämmer med Nordiska näringsrekommendationer (NNR). Patienten samt vårdnadshavare ska ha kunskap om vilka livsmedel som är glutenfria och som därmed kan ingå i den glutenfria kosten samt vilka livsmedel som ska uteslutas då de innehåller gluten.

Omfattning

Besök hos dietist sker i det sjukvårdsområde patienten tillhör inom 6 veckor efter att diagnosen satts. Patienten ges information om att ta del av den Digitala utbildningen om glutenfri kost på som ligger på Region Jönköpings 1177 inför dietistbesöket. Skriftliga kostråd skickas hem tillsammans med kallelsen. Vid nybesöket hos dietist tas en kostanamnes och man stämmer av att man uppfattat kostråden rätt i den digitala utbildningen.

- Nutritionsbedömning utifrån kostanamnes
- Genomgång av vilka livsmedel som är naturligt glutenfria
- Genomgång av glutenfria specialprodukter
- Fibrernas betydelse
- Kalciumintaget
- Information om hantering av glutenfria produkter
- Genomgång av vanliga "felkällor" i den glutenfria kosten
- Information om tolkning av innehållsdeklarationer, appar och ingredienslexikon
- Enkla bak- och matlagningsrecept
- Barn med celiaki i Region Jönköpings län får kontantbidrag. Bidraget betalas ut var tredje månad. Dietisten förskriver kontantbidraget i Sesam LMN som administreras av Hjälpmedelscentralen för barn 2-19 år.
- Nya bidragsbelopp sedan årsskiftet 2023 är följande per månad:

2 - 5 år	100 kronor
6 - 9 år	175 kronor
10 - 13 år	220 kronor
14 - 19 år	275 kronor

Uppföljning

Återbesök/telefonkontakt med dietist efter tre månader om man uppfattar att det finns behov av det, annars uppföljning med dietistkontakt med 1-2 års mellanrum eller efter behov. I takt med att barnet blir äldre behöver det själv få tillräcklig kunskap om glutenfri kost för att kunna vara följsamt när det är i andra miljöer än i hemmet, samt förberedas inför att hålla sin kost i vuxenlivet.

Patientmaterial

- Kostråd vid celiaki hos barn
- Bildmaterial på glutenfria livsmedel.
- Bak- och matrecept

Referenser

- 1177, Celiaki hos barn
- Svenska Barnläkarföreningen, Nationellt vårdprogram för celiaki,
- Riktlinjer för nutritionsbehandling vid celiaki
- Livsmedelsverket, Celiaki
- Svenska Celiakiförbundet

Litteratur

- "Doktors guide till gluten", Jonas Ludvigsson
- "Ingredienslexikon För dig som inte tål gluten, laktos, mjölk- eller sojaprotein" Svenska celiakiförbundet