

Een jong volwassen vrouw met coeliakie

Typering patiënt (geslacht, leeftijd, sociale omstandigheden)

Samira is een 17-jarige jongedame van Marokkaanse afkomst met coeliakie, geboren in Nederland. Ze woont bij haar ouders, heeft twee oudere broers en een zus. Samira zit op school en gaat graag de stad in met haar vriendinnen. Ze wil dan geen rekening houden met haar glutenvrije dieet. Ze schaamt zich ervoor en snackt lekker mee met haar vriendinnen. Samira sport niet, maar wandelt graag.

Korte voorgeschiedenis

Op vierjarige leeftijd is coeliakie gediagnosticeerd naar aanleiding van klachten van een bolle buik. Hiervoor heeft Samira bloed laten afnemen en een dunne darmbiopsie ondergaan.

In juli 2009 worden bij bloedcontroles verhoogde antistoffen (tTGA) gevonden. Samira geeft aan zich de laatste twee jaar niet aan het dieet te houden en eens per week buikpijn te hebben. De kinderarts verwijst Samira door naar een diëtist en een psycholoog.

Lengte, gewicht, gewichtsverloop

Samira weegt momenteel 60 kilo bij een lengte van 1,65 m (BMI=22 kg/m²). De groeicurve is door de kinderarts altijd goed bijgehouden en verloopt normaal.

Medische gegevens en/of laboratoriumgegevens

Diagnose (1996): EMA: positief en tTGA verhoogd: >125 (normaal < 7 kU/l). Met een dunne darm biopsie werd de diagnose coeliakie bevestigd (Marsh IIIc = totale vlokatrofie).

Aandachtspunten uit voedingsanamnese/dieetgegevens

Samira is een kleine eter en erg kieskeurig. Moeder verzorgt de maaltijden. Ze eet minimaal eenmaal per week gluten. Dit varieert van een snack, brood van de bakker tot couscous of Marokkaans brood bij de warme maaltijd. Samira heeft moeite om deze eetgewoonte op te geven voor haar dieet. Bovendien vindt ze het gezelliger om met iedereen mee te

kunnen doen zonder zich een uitzondering te voelen. Samira heeft een eigen schap in de kast met eigen beleg. Ze vraagt zich soms wel af of haar familieleden niet per ongeluk toch uit haar belegpotten snoepen. Ze durft hun daar niet op aan te spreken. Ze wil geen last zijn voor anderen.

Diëtistische diagnose

17-jarige Marokkaanse jongedame met coeliakie waarvoor een glutenvrij dieet. Heeft eens per week buikklachten. Problemen met compliance. Haar voedingsinname is onvolwaardig, eenzijdig en is te laag in voedingsvezels, calcium, vitamine A, C en D, ijzer, foliumzuur, vocht en mogelijk jodium.

Dieetbehandeling

Inzicht geven in de knelpunten die spelen; gevoel van schaamte, niemand tot last willen zijn, niet voor jezelf op kunnen komen; geen vertrouwen in de sociale omgeving. Samira vindt het daarom makkelijker om zich niet altijd aan het dieet te houden. Zelf ondervindt ze weinig klachten wanneer ze gluten eet. Labwaarden laten het tegenovergestelde zien. Samira heeft moeite met het lezen en interpreteren van etiketgegevens. Glutenvrije dieetproducten zijn makkelijk te herkennen en daar heeft Samira ook geen problemen mee. Vaak merkt ze achteraf pas wanneer een product uit de supermarkt gluten bevat, bijvoorbeeld chips of salades met als ingrediënt 'tarwezetmeel'. Met behulp van meegebrachte etiketten door Samira legt de diëtist uit. Ook wordt het gebruik van de glutenvrije merkartikelenlijst van het Voedingscentrum en de digitale lijst van het Livaad.nl uitgelegd. Grotendeels wordt de Elsevier dieetrichtlijn Coeliakie en Dermatitis Herpetiformis gehanteerd om Samira op weg te helpen. Aandachtspunten in de dieetbehandeling zijn ten eerste Samira te overtuigen dat ze zelf de verantwoording op zich moet nemen voor het volgen van het glutenvrije dieet. De begeleiding is met name gericht op vergroten van kennis over de aandoening en het dieet, de consequenties van dieetontrouw. Verder wordt Samira ondersteund in het mondig worden (empowerment) naar de sociale omgeving (familie, vrienden)