Behandeling

Behandeling van coeliakie

Bij coeliakie maakt het lichaam antistoffen aan tegen gluten. De behandeling bestaat uit het levenslang volgen van een glutenvrij dieet.

Bij coeliakie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/coeliakie) ontstaat er een ontstekingsreactie in de dunne darm. Er bestaan geen medicijnen voor en de aandoening is niet te genezen. Door het volgen van een glutenvrij dieet worden uw klachten vaak snel minder. De genezing van uw dunne darm duurt langer. Het kan 6 maanden tot een jaar duren voor de darm weer voldoende hersteld is. En het kan wel 2 jaar duren voordat de antistoffen weer tot normaalwaarden zijn gedaald.

Niet bij alle mensen verdwijnen de klachten volledig. Sommigen blijven een gevoelige buik houden of vermoeidheidsklachten.

(073) 553 30 51
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Glutenvrij dieet

Waar zitten gluten in?

Volledig glutenvrij eten is niet makkelijk. Gluten is een eiwit en komt voor in de graansoorten tarwe, rogge, gerst, spelt en kamut. Haver is van nature glutenvrij, maar is vaak besmet met gluten.

In heel veel voeding zitten gluten verwerkt. Het internationale Crossed Grain keurmerk (https://www.glutenvrij.nl/eten-drinken/producten/veilig-glutenvrij/wat-is-het-crossed-grain-keurmerk)(een doorgestreepte aar in een cirkel) is de hoogst mogelijke garantie dat een product glutenvrij is.

Een diëtist inschakelen

In het begin is het best lastig om een gezonde voeding zonder gluten samen te stellen. U kunt zich afvragen:

- Zitten hier gluten in?
- Krijg ik nog wel alle voedingsstoffen binnen?
- Eet ik wel gezond?

Hierbij kunt u begeleiding krijgen van een diëtist.

Waar vindt u een diëtist?

Diëtisten met veel ervaring in het begeleiden van mensen met coeliakie vindt u op de website van de Nederlands Coeliakie Vereniging (https://www.glutenvrij.nl/vind-een-dietist) *. Veel diëtisten werken ook via een beveiligde verbinding online waardoor er geen reisafstand is.

** Deze lijst is geen aanbeveling vanuit JBZ. Wij doen hiermee geen uitspraak over de kwaliteit van de hulpverlening. De keuze*

van hulpverlener is geheel aan u.

In de basisverzekering is een vergoeding van maximaal 3 uur (per kalenderjaar) opgenomen voor diëtetiek. Deze vergoeding telt mee in uw eigen risico. Let wel: dit geldt alleen als de betreffende diëtist of diëtistenpraktijk een contract heeft afgesloten met uw zorgverzekeraar. Vraag dit na voordat u een afspraak maakt. Als er geen contract is afgesloten, zijn de kosten mogelijk (gedeeltelijk) voor eigen rekening.

Vergoeding

Een glutenvrij dieet brengt extra kosten met zich mee. Glutenvrije voeding is aftrekbaar bij de aangifte van uw belastingaanvraag. In de dieetlijst staat het vaste bedrag dat u voor een bepaald jaar als dieetkosten mag aftrekken. Dit is ook afhankelijk van uw jaarinkomen. Voor aanvullende informatie vindt u op de website van de Belastingdienst (https://www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/bldcontentnl/belastingdienst/prive/relatie_familie_en_gezondheid/gezondheid/aftrek_zorgkosten/overzicht_zorgkosten/dieetkosten/dieetbevestiging).

Betrouwbare websites

Onderstaande websites geven u betrouwbare aanvullende informatie over glutenvrije voeding.

voedingscentrum.nl (https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/coeliakie.aspx)

glutenvrij.nl (https://www.glutenvrij.nl/)

theloopywhisk.com (https://theloopywhisk.com/) (Engelstalig)

Ingrediëntenchecker

De ingrediëntenchecker (https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/apps-en-tools-voedingscentrum/kies-ik-gezond-.aspx) is een app van het Voedingscentrum. Hiermee kunt u in de supermarkt de barcode van een product scannen en zo een eerste check doen op gluten. Let op dat u bij een groen scherm ook altijd nog de ingrediëntenlijst van een product controleert.

Betrokken afdelingen

Maag-, Darm- en Leverziekten (MDL)
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/maag-darm-en-leverziekten-mdl)

Code INT-180

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis