

# Unbeschwert genießen trotz Zöliakie

Getreide ist gesund und gehört zu einer ausgewogenen Ernährung. Für Zöliakiebetreffene sind einige Getreidesorten aber strengstens verboten, da sie deren Dünndarm schädigen. Sie müssen ihren Speiseplan ändern – daheim und außer Haus. Das geht, ist aber nicht immer einfach. Die „Zett“ hat mit dem Vizepräsidenten der Südtiroler Zöliakievereinigung Dieter Seifert darüber gesprochen.

**Z** Was genau ist eigentlich Zöliakie (auch Glutenunverträglichkeit, Heubner-Herter-Krankheit)?

**Dieter Seifert:** Zöliakie ist die Unverträglichkeit des Eiweißes Gluten, das in einigen Getreidesorten wie Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste enthalten



Fotos: DLife

ist. Wer von Zöliakie betroffen ist, muss eine lebenslange Diät einhalten, bei der diese Getreidesorten und alle ihre Derivate strengstens gemieden werden müssen. In Südtirol gelten ca. 1000 Personen als offiziell betroffen. Laut Schätzungen von Wissenschaftlern dürften es aber mindestens doppelt so viele sein.



Mmmhhh, das schmeckt: Wer unter Zöliakie leidet, darf keine getreidehaltigen Süßspeisen und Imbisse zu sich nehmen. Daher waren die 200 eigens aus Oberösterreich angelieferten glutenfreien Faschingskrapfen ein Höhepunkt der gestrigen Faschingsfeier der Südtiroler Zöliakiegesellschaft im Pfarrzentrum Cristo Re in Bozen. Um auch andere Bräuche so gut es geht zu feiern, ist für Oktober ein auf Zöliakie abgestimmtes Törggelfest geplant.

► Immer mehr Restaurants folgen dem Trend und bieten glutenfreie Gerichte an. Was halten Sie davon?

**Seifert:** Grundsätzlich finde ich es sehr positiv. Trotzdem ist dies mit Vorsicht zu genießen, denn die Gefahren für Zöliakiebetreffene lauern auch dort, wo man sie nicht vermutet. Seit einiger Zeit gibt es in Südtirol einen regelrechten Boom von Restaurants und Hotels, die von sich behaupten, glutenfreie Kost anzubieten. Die Südtiroler Zöliakiegesellschaft mahnt aber

Betroffene und Gastwirte zur Vorsicht: Es genügt nicht, vom Grossisten glutenfreie Nudeln oder Brot zu kaufen, um gerüstet zu sein. In einer (Restaurant-)Küche gibt es unzählige Kontaminationsgefahren. Brotbrösel und Mehlstaub sind für Zöliakiebetreffene genauso gefährlich, wie verunreinigte Nudelsiebe oder Kochbesteck.

Fürs Kochen von glutenfreien Nudeln darf z.B. auf keinen Fall Wasser verwendet werden, in dem zuvor normale Nudeln gekocht wurden. Damit Gastwirte über all

diese Tücken informiert werden, organisiert unser Verein eigene Kurse, an deren Ende die Teilnehmer ins offizielle Verzeichnis der geeigneten Gastbetriebe aufgenommen werden. Derzeit umfasst diese Liste in Südtirol knapp 25 Betriebe. Interessierte können sich ans Vereinsbüro wenden (siehe Kasten rechts).

► Gibt es seitens der Politik Unterstützung für Zöliakie-Betroffene?

**Seifert:** Vor wenigen Tagen hat sich auch der Südtiroler Landtag mit Zöliakie befasst, und zwar be-

züglich der Liberalisierung des Verkaufs von glutenfreien Spezialprodukten. Wer von Zöliakie betroffen ist, bekommt von der Öffentlichen Hand einen Monatsbeitrag für den Erwerb dieser lebensnotwendigen, aber auch teuren Produkte.

Bislang konnten die Betroffenen diese Beiträge aber ausschließlich in jeweils einer einzigen Apotheke nutzen, obwohl auch andere Geschäfte glutenfreie Lebensmittel im Sortiment haben. Dies soll nun baldigst geändert werden, ähnlich wie in anderen Provinzen und

### Die Südtiroler Zöliakiegesellschaft

In Südtirol kümmert sich die Anfang der 1980er gegründete Südtiroler Zöliakiegesellschaft um die Belange der einheimischen „Zöli's“. Der Verein zählt knapp 600 Mitglieder und wird seit zehn Jahren von Präsident Corrado Monte und Vizepräsident Dieter Seifert geleitet. Das Vereinsbüro befindet sich in der Galileistr. 4/a

in Bozen und ist derzeit montags und mittwochs von 13 bis 15 Uhr besetzt (Tel. 0471/051626 oder info@aic.bz.it oder www.aic.bz.it). Der Verein ist die erste Anlaufstelle für Neu-Diagnostizierte, bietet Kochkurse, Selbsthilfegruppentreffen und verschiedenste Infos. Außerdem hält er Kontakt zur öffentlichen Verwaltung.

*Mediterrane, sowie Südtiroler Küche  
Fisch- und Fleischspezialitäten  
Geeignet für elegante Diners, Geschäftsessen,  
gediegene Familienfeiern*

Möglichkeit für schnelle und günstige  
Mittagsmenüs an der Bar  
Spezialabende am Donnerstag



Zertifizierte,  
glutenfreie Küche (AIC)

**ALPENROSE**  
residence | restaurant | loungebar  
**Wo? Im Herzen von St. Jakob bei Leifers**  
St.-Jakob-Straße 91  
Tel. 0471 252209 - Fax 0471 252630  
info@alpenrose-sangiaco.com  
www.alpenrose-sangiaco.com



Regionen Italiens. Bei Gesprächen mit dem Ressortdirektor im Gesundheitsassessorat Florian Zerzer wurde unter anderem erörtert, ob diese Beiträge z.B. auf Magnetkarten gebucht und dann in Apotheken, aber auch Supermärkten, Bioläden usw. abgebucht werden könnten. Die Entscheidung dürfte bald fallen.

► **Haben Sie noch andere Anliegen für die öffentlichen Hand?**

**Seifert:** Auf Vermittlung des Gesundheitsassessorates fand unlängst auch ein Treffen im Bozner Krankenhaus statt mit Direktor Umberto Tait und dem Primar des Diätdienstes Dr. Lucio Lucchin, bei dem es um die Verbesserung der

Betreuung von stationären Krankenhauspatienten mit Zöliakie ging.

Es wird nun ein Leitfaden erstellt, der die wichtigsten Hinweise enthalten und auch für die anderen Krankenhäuser Südtirols gültig sein wird. Dieser Leitfaden wird allen Betroffenen zugesandt. Der nächste Schritt wird sein, etwas Ähnliches auch für die Mensen von Kindergärten, Schulen und Heimen zu erstellen, denn auch hier gibt es immer wieder Probleme bei der glutenfreien Verköstigung, obwohl sie per Gesetz überall möglich sein muss. Auch für diese Fälle werden die „Zöli's“ einen Ratgeber erhalten.