

---

**"Agro-technological training methodology based on organic farming - Einkorn -  
Ancient innovation II"**  
Project No 2014-1-BG01-KA202-001570

---

## КАКВО Е ЦЕЛИАКИЯ?

**Целиакията** е сложна автоимунна ентеропатия. Това е автоимунно заболяване, което засяга тънките черва след поглъщане на съдържащите глютен зърнени култури, включително пшеница, ръж и ечемик в генетично предразположени хора. Характеризира се с увреждане на лигавицата на тънките черва при генетично предразположени индивиди, причинено от белтъчната фракция глиадин на пшеничния глютен и подобни на него алкохол-разтворими протеини (проламини) в ечемик и ръж.

Консумацията на протеини от пшеница, ечемик и ръж от тези индивиди предизвиква реакция на имунната система. Единственото успешно дългосрочно лечение на целиакията е премахването на токсичните храни от диетата. Това включва всички хранителни продукти, произведени от пшеница, ечемик, ръж или овес. Най-често хлебните изделия са причина за болестта, но тези протеини могат да бъдат намерени и в сосове, кремове, приготвени меса и напитки, както и в козметика. Доказано е, че резервните протеини на ечемика и ръжта са токсични за пациенти с целиакия. Тези протеини включват глиадини и glutенини в пшеница, секалини в ръж и хордеини в ечемик (De Meo et всички, 2011)



---

**"Agro-technological training methodology based on organic farming - Einkorn - Ancient innovation II"**

Project No 2014-1-BG01-KA202-001570

---

Очакваното разпространение на болестта **целиакия** е приблизително 1%. Заболяването може да се установи с редица клинични прояви, включително синдром на недобро усвояване на храната и спектър от симптоми, засягащи множество целеви органи. Стриктната глютен несъдържаща диета, доказано понижава появата на свързани заболявания като рак на стомашно-чревния тракт.

Строга диета без глютен сега е единственият ефективен начин на лечение, който гарантира, че пациенти с **целиакия** имат отлично храносмилане, че са изчезнали клиничните симптоми, нормализирани са резултатите от кръвните тестове и е възстановена нормалната структура на чревната лигавица. При лечение на целиакия, всички храни, съдържащи пшеница и нейни производни, включително и по-малко известни сортове следва да бъдат изключени от хранителния режим. Това важи и за пивото като продукт, произведен от малцуван ечемик. Придържането през целия живот към **строга диета без глютен**, посредством **избягване на протеини от пшеница, ръж, ечемик и свързаните с тях зърнени култури**, остава **“златен стандарт”** за лечение на целиакията.



PETKOM  
PETKO ANGELOV



INSTITUTE FOR PLANT  
GENETIC RESOURCES "K. MALKOV "

