

Help, mijn huisarts wil mij niet testen op coeliakie

Het komt regelmatig voor dat huisartsen niet willen testen op coeliakie of willen doorverwijzen. Hoe komt dat?

- Sommige huisartsen denken dat coeliakie een aandoening is die zeldzaam is.
- En dat het alleen bij kinderen voorkomt.
- Dat bolle buik of diarree de enige symptomen zijn.

Wat ook niet helpt is het volgende dat opgenomen is in de richtlijn voor huisartsen: *‘Over het natuurlijke beloop van coeliakie is weinig bekend. De behandeling, het volgen van een glutenvrij dieet, is ingrijpend. Het is niet duidelijk in hoeverre de behandeling, met name van een symptoomloze coeliakie, beschermt tegen latere gevolgen’*. Dit is een achterhaald standpunt vinden de NCV en de MDL-artsen. Zie [hier](#) het filmpje van prof. dr. Chris Mulder.

Wat ook veranderd is in de afgelopen jaren is de zwaarte van het glutenvrij dieet. Hoewel nog steeds zwaar en sociaal ingrijpend, zorgt de ruime beschikbaarheid van veilige glutenvrije producten en nieuwe EU-wetgeving voor onder meer horeca ervoor dat een glutenvrij dieet goed te doen is. In het licht van de klachten en mogelijk latere complicaties al helemaal! De NHG (Nederlands Huisartsen Genootschap) beslist zelf over de [richtlijn](#) en hoe die tot stand komt.

Waarom adviseren veel huisartsen hun patiënten om eerst maar eens een glutenvrij dieet te proberen en dan terug te komen?

Dat is natuurlijk het meest foute advies dat gegeven kan worden. Want als je al een glutenvrij dieet volgt, geeft de test daarna een onbetrouwbaar resultaat. Het is een heel groot probleem in Nederland in vergelijking met andere EU-landen. Het komt waarschijnlijk omdat coeliakie is ondergebracht onder de NHG-richtlijn die als titel heeft ‘Voedselovergevoeligheid’. En bij een voedselallergie is eliminatie (het voedsel niet meer eten) inderdaad de manier om een diagnose te stellen.

Welke testen zijn er eigenlijk?

Er is een bloedtest om op antistoffen te testen. Als je coeliakie hebt dan produceert je lichaam stoffen die door een zogenaamde tTGA-test aan het licht kunnen komen. Op de meeste labtestformulieren kan de huisarts een vakje ‘coeliakie’ invullen. Dit omvat sowieso de zogenaamde tTGA test en totaal IgA. Het is namelijk belangrijk om te weten of je überhaupt wel antistoffen aanmaakt van het type IgA. Het is natuurlijk belangrijk dat je gluten blijft eten, totdat het diagnostische traject is afgerond.

Dan is er ook nog een genetische test. Die test of je drager bent van het gen HLDQ2 of HLDQ8 of beide. Als je het gen NIET hebt, is de kans bijzonder klein dat je coeliakie ontwikkelt. Heb je het gen wel en coeliakie komt voor in je familie dan heb je een verhoogde kans. Zie hiervoor de [infographic over coeliakie en familie](#).

Hoe betrouwbaar zijn die testen?

De tTGA test is redelijk betrouwbaar. Maar dus niet 100%. Je kunt coeliakie gerelateerde klachten blijven houden, ondanks een negatieve testuitslag (negatief is in dit geval dat de test uitwijst dat je geen coeliakie hebt). Als je dan bijvoorbeeld coeliakie in je familie hebt of je hebt Diabetes type 1 of je was al gediagnosticeerd met prikkelbare darm syndroom, dan kan alleen een darmbiopt uitwijzen of je het wel of niet hebt. In deze gevallen doe je er verstandig aan om eerst toch de gen test te doen. Want als je het gen niet hebt dan heeft verder onderzoek naar coeliakie ook geen zin! En is een darmbiopt dus zinloos.

De gentest is zeer betrouwbaar.

Geen coeliakie, maar toch klachten bij het eten van bijvoorbeeld brood?

We zien ook vaak dat mensen alle testen hebben doorlopen, ook een darmbiopt hebben laten doen, maar dat niets wijst op coeliakie. Dan kan het zijn dat je non-celiac gluten sensitivity (NCGS) hebt.

Je lichaam reageert dan overgevoelig op bepaalde stoffen in tarwe. Dit kunnen gluten zijn, of andere eiwitten in tarwe. In dat geval moet je met een streng glutenvrij en/of tarwevrij dieet er achter zien te komen of jij dat hebt. Voor het diagnosticeren van NCGS zijn de zogenaamde [Salernocriteria](#) ontwikkeld, maar veel artsen gebruiken deze nog niet omdat deze nog niet gevalideerd zijn. Het beste kun je je laten begeleiden door een [gespecialiseerde diëtist van de Nederlandse Coeliakie Vereniging](#). De NCV traint haar diëtisten zelf en zij horen bij de meest gespecialiseerde diëtisten van Nederland.

Mijn huisarts blijft weigeren. Wat moet ik doen?

Je kunt een paar dingen doen:

1. Doe de online test op www.hebikcoeliakie.nl en ga met het resultaat naar je huisarts. Die uitslag bevat een instructie voor huisartsen. Bovendien is de test ontwikkeld door MDL-artsen en vaak overtuigt huisartsen dat.
2. Download [hier](#) de folder, speciaal voor huisartsen
3. Stuur de link van deze FACTSHEET
4. Stuur de link van het filmpje van [prof. Dr. Chris Mulder](#) of [huisarts Olwen van der Voort-van der Kleij](#).
5. Print [hier](#) het boek speciaal voor huisartsen voor je huisarts uit.
6. Doe zelf een bloedtest m.b.v. een thuisstest. [Hier lees](#) je over de voor- en nadelen.
7. Soms ligt het aan een communicatieprobleem. Op www.slimopkomenvoorjezelf.nl leer je hoe je met je arts een gesprek kan voeren dat bij jou past en waarbij je beter stuurt op een goede uitkomst.

En als dat allemaal niet is gelukt, bel ons dan: 035-6954002