



乳糜泻 这是什么样的病症？

加拿大乳糜泻协会

5025 Orbitor Dr. Bldg 1 - Suite 400 Mississauga, ON, L4W 4Y5

电话: 905.507.6208, 免费电话: 1.800.363.7296

www.celiac.ca 电邮: info@celiac.ca

什么是乳糜泻？

乳糜泻 (CD) 是一种麸质永久性不耐症。麸质是常见于各类小麦 (如硬质小麦、卡姆小麦、斯佩耳特小麦)、黑麦、大麦和黑小麦的一种蛋白质。进食麸质造成小肠的吸收面受损, 并能够导致营养不良、贫血、营养缺乏等症状, 同时增加患上其他自身免疫疾病和某些肠癌的风险。

疱疹性皮炎是皮肤乳糜泻病, 特点是皮肤发疱, 严重发痒。发疹呈对称分布, 多见于肘、膝、臀、颈背、头皮和上背部。疱疹性皮炎患者可能胃肠已受损但无明显症状。

遗传

乳糜泻是遗传性疾病。乳糜泻患者的第一级亲属 (父母、姐妹和儿女) 患有未得到识别的乳糜泻风险最高 (5-15%)。拥有此遗传基因的人在一生中任何阶段都随时可能发病。有时环境因素如情绪紧张、妊娠、手术, 或者染上传染病 (如腹泻、肺炎) 也会触发症状。

疾病流程度

最近研究表明, 在美国每100至200个人就有一人受乳糜泻影响 (1.2)。随着人们对乳糜泻的认识增加, 患者得到早期诊断, 同时血液筛查方法得到提高, 由此得出的数据显示在加拿大此疾病的流行程度与美国相类似。

症状

未经治疗的乳糜泻症状表现及其严重程度因人而异, 且可能大不相同。在某些情况下, 未经诊断的乳糜泻成人患者可能只有缺铁性贫血, 而没有消化或肠道症状。乳糜泻症状与其他疾病症状很相似, 因此常被误诊为肠道易激综合症、乳糖不耐症、慢性疲劳综合症或肠憩室病, 因而延误了对乳糜泻的诊断。患者见肥胖并不能排除乳糜泻诊断。

以下症状在成人或儿童患者中可能单独出现或并发。

- 消化不良及感觉恶心
- 腹胀、腹疼、腹部绞痛, 或胀气。
- 乳糖不耐
- 贫血: 缺铁、缺叶酸或缺乏维生素B12。
- 严重虚弱和疲倦
- 偏头痛
- 骨/关节痛
- 足踝和手肿胀

- 复发性/持续性腹泻
- 便秘
- 体重减轻
- 维生素A、D、E、K缺乏
- 口腔溃疡/口疮
- 抑郁
- 月经失调
- 不育/流产

儿童患者的额外症状

- 发育迟缓
- 烦躁不安及行为改变
- 呕吐
- 延迟进入青春期
- 牙釉质异常

相关的症状

乳糜泻通常与别的疾病并发。如果发现有以下症状, 请考虑验血以甄别乳糜泻。

- 乳糜泻家族史
- 1型糖尿病
- 自身免疫性肝炎
- 淋巴瘤
- 不育
- 骨质疏松症
- 唐氏综合征
- 特纳氏综合征
- 原因未明的肝酶上升

诊断

加拿大与美国的最新研究指出，对该病症的诊断严重滞后（3, 4）。对于症状较轻或具有非典型症状的高风险人群，现在已经有各种效果显著的血液检测方法来检验肌内膜（EMA）和转谷氨酰胺酶（tTG）。检测结果可能提示受检人患有乳糜泻，但这类检测方法不能取代小肠活组织检查。小肠活组织检查是确切诊断乳糜泻的唯一方法。血液试验及活组织检查没有完成前，请勿进行无麸质饮食，因为这会干扰对乳糜泻的准确诊断。

治疗

治疗乳糜泻的唯一方法是终生无麸质饮食。

严格遵从无麸质饮食能使肠道恢复，同时能减少进一步发展成其他相关疾病和并发症的风险。无麸质饮食内容复杂，应该将病人转介给对乳糜泻有经验的注册营养师，由他们对患者进行营养评估，提供教育，并追踪跟进。另外建议患者的主诊医生定期跟进。鼓励所有乳糜泻患者加入加拿大乳糜泻协会及其分会，从中获得宝贵的实用信息，并得到持续的支持。

燕麦对乳糜泻的安全性已经得到广泛的调查研究。临床研究显示，少量无混杂的纯燕麦对大多数成人和儿童乳糜泻患者都是安全的。但如何得到纯燕麦依然是一个难题。市场上销售的大多数燕麦都掺杂了小麦或大麦。每个乳糜泻患者必须确保他们进食的燕麦绝对没有受麸质污染。

需要更多有关乳糜泻和无麸质饮食的信息，联络加拿大乳糜泻协会，或游览加拿大乳糜泻协会网址：<http://www.celiac.ca>

参考文献

1. NIH consensus document web link: http://consensus.nih.gov/cons/118/118cdc_intro.htm
2. Fasano A, Berti I, Gerarduzzi T, et al. Prevalence of celiac disease in at-risk and not-at-risk groups in the United States. Arch Intern Med 2003; 163:286-292
3. Cranney A, Zarkadas M, Graham ID, Switzer C. Canadian Health Survey - Ottawa Pilot. Biomed Central 2003; 3:8.
4. Green PHR, Stavropoulos SN, Panagi SG, et al. Characteristics of adult celiac disease in the USA; results of a national survey. Am J Gastroenterol 2001; 96:126-131
5. Green PHR, Jabri B. Celiac Disease. Lancet, 2003, 362: 383-391

欲了解更多有关乳糜泻、疱疹性皮炎，以及无麸质饮食的详情，请联络加拿大乳糜泻协会总部或当地分会。

加拿大乳糜泻协会 分会地点

温哥华	维多利亚
基隆拿	坎卢普斯
加尔加里	爱民顿
里贾纳	萨斯卡通
西曼尼托巴	桑德贝
曼尼托巴	伦敦
萨德伯里	汉密尔顿
圣凯瑟琳	多伦多
基奇纳/滑铁卢	渥太华
贝尔维尔/昆特	弗雷德里克顿
魁北克	拿省
纽芬兰及拉布拉多省	爱德华王子岛
蒙克顿	彼得伯勒
圣约翰	金斯顿
荷顿区 (Halton-Peel)	

请联络

加拿大乳糜泻协会

5025 Orbitor Dr.
Bldg 1 - Suite 400
Mississauga, ON, L4W 4Y5

电话：(905) 507-6208
传真：(905) 507-4673
免费电话：1-800-363-7296

www.celiac.ca
电邮：info@celiac.ca

