

Arbeitstagung der Lungauer Bäuerinnen

Kurz entschlossen haben die Lungauer Ortsbäuerinnen und Stellvertreterinnen ihre Herbstarbeitstagung auf Online umgestellt.

Herr Rotschopf und Herr Ramsbacher von der Raiffeisenbank Lungau erläuterten die wichtigsten Eckpunkte bezüglich der Legitimierung der Lösungswortspärbücher und gaben Tipps zur Umstellung auf Treuhandkontos, sodass es in Zukunft keine Konten/Sparbücher mehr von Gemeinschaften, Genossenschaften oder Verbänden gibt, die auf eine natürliche Person registriert sind und somit Probleme bei Verlassenschaften verursachen könnten.

Franz Bäckenberg vom Hilfswerk Lungau gab einen Einblick in die vielfältigen Aufgabenbereiche seines Unternehmens. Berührungspunkte mit den Bäuerinnen gibt es in den Bereichen Hauskrankenpflege, Seniorentageszentren, Kooperationen mit Green-Care-Betrieben, Angehörigenentlastung bis zu Mitarbeiterinnen beim Hilfswerk, die Bäuerinnen sind. Gruppenarbeit gehört schon zum Standardprogramm bei den Lungauer Tagungen – so auch diesmal mit Hilfe von Breakout-Sessions. Erarbeitet wurde sozusagen die Fortsetzung von „driba redn“, der Bäuerinnenkolumne in den „Lungauer Nachrichten“.

Versteckte Reaktionen bei Glutensensitivität

Glutenunverträglichkeit löst bei vielen Menschen Übelkeit, Bauchschmerzen sowie Völlegefühl aus, und das oft sehr unspezifisch. Doch nicht immer steckt eine Zöliakie oder Allergie auf Weizen dahinter. Mit der Glutensensitivität zeigt sich diesbezüglich ein anderes Krankheitsbild.

Neben Zöliakie und Weizenallergie gibt es noch eine andere Form der Reaktion auf Gluten: die Glutensensitivität (GS). Wissenschaftler bezeichnen sie als Reaktion auf die Aufnahme von Gluten bei Fäulen, in denen Zöliakie und Weizenallergie ausgeschlossen werden können. Wie viele Menschen in Österreich davon betroffen sind, ist aufgrund der fehlenden Daten jedoch unklar. Die komplexen Symptome einer Glutensensitivität treten oft Stunden nach dem Verzehr von glutenhaltigen Nahrungsmitteln auf. In manchen Fällen kann das auch Tage dauern. Die Reaktionen auf Gluten äußern sich körperlich, psychisch und neurologisch:

- Verdauungsbeschwerden, Blähungen, Durchfall, Verstopfung, Übelkeit
- Knochen- und Gelenkschmerzen
- eingerissene Mundwinkel
- Migräne, Kopfschmerzen
- Menstruationsstörungen
- Muskelschwäche und -abbau
- Hautekzeme
- Gleichgewichtsstörungen
- Gewichtsschwankungen
- depressive Verstimmungen
- Reizbarkeit

Zöliakie und Glutensensitivität ähneln sich in ihrer Symptomatik, jedoch werden bei der Glutensensitivität die Dünndarmzotten nicht beschädigt. Bei der Glutensensitivität handelt es sich stattdessen um eine Befindlichkeitsstö-



rung mit Symptomen, die nach kurzer Zeit unter glutenfreier Ernährung wieder verschwinden und nach aktuellem Wissensstand keine Folgeschäden hinterlassen.

Diagnostisches Modell

Während Zöliakie und Weizenallergie gut erforscht sind, blieb eine Glutensensitivität bei vielen Betroffenen in der Vergangenheit oft unentdeckt.

Denn die sensible Reaktion auf Gluten wurde häufig für Zöliakie gehalten. Mittlerweile ist klar, dass es sich bei Glutensensitivität um eine weitere, eigenständige Form der Glutenunverträglichkeit handelt.

Beim Thema Glutensensitivität ist folglich vieles immer noch unklar. Eines ist jedoch eindeutig: Ehe ein Patient als glutensensitiv bezeichnet werden kann, müssen folgende Schlüsselkriterien zutreffen:

- Ausschluss einer Weizenallergie
- Ausschluss einer Zöliakie und der damit verbundenen Zerstörung der Dünndarmzotten
- Linderung der Symptome bei glutenfreier Kost

Handelt es sich tatsächlich um Glutensensitivität, muss vorrangig auf glutenlastige Lebensmittel verzichtet werden. Die Datenlage zeigt, dass bei

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Unterstützung für pflegende Angehörige

- Unterstützung durch mobile Hauskrankenpflege und Heimhilfe
- Regelmäßige Auszeiten durch den Angehörigenentlastungsdienst
- Praxisnahes Kursangebot mit Tipps für den Betreuungsaltag

Wir beraten Sie gerne,
kostenlos und unverbindlich:
Hilfswerk Salzburg | 0662 434702
office@salzburger.hilfswerk.at

