

WELCHE LEBENSMITTEL ENTHALTEN GLUTEN?

BEISPIELE VERBOTENER LEBENSMITTEL:

- ☛ Weizen, Roggen, Gerste
- ☛ Grünkern, Dinkel
- ☛ Verwandte Getreidearten
- ☛ Urkornarten (wie Kamut, Einkorn und Emmer)

DARAUS HERGESTELLTE LEBENSMITTEL

- ☛ Mehl, Stärke, Malz
- ☛ Gries, Graupen, Couscous
- ☛ Flocken, Müsli
- ☛ Paniermehl
- ☛ Teigwaren
- ☛ Seitan

GLUTEN IST IN DEN FOLGENDEN PRODUKTEN ENTHALTEN:

- ☛ Brot, Brötchen
- ☛ Baguette, Gnocchi
- ☛ Paniertes Fleisch, in Mehl gewendeter Fisch
- ☛ Pizza, Nudeln, Knödel
- ☛ Kuchen, Torten
- ☛ Blätterteig
- ☛ Hefestückchen
- ☛ Kekse, Müsliriegel

BEISPIELE ERLAUBTER LEBENSMITTEL:

- ☑ Reis, Mais, Kartoffeln
- ☑ Hirse, Buchweizen
- ☑ Amaranth, Quinoa
- ☑ Obst, Gemüse, Salate
- ☑ Milch, Naturjoghurt
- ☑ Buttermilch, Quark
- ☑ Butter, Frischkäse natur
- ☑ Naturkäse
- ☑ Pflanzenöle
- ☑ Fleisch
- ☑ Fisch, Meeresfrüchte
- ☑ Zucker
- ☑ Honig
- ☑ Nüsse
- ☑ Hülsenfrüchte
- ☑ Reine Gewürze, Kräuter

VORVERARBEITETE PRODUKTE:

- ☑ Tofu, Sojamilch
- ☑ Mozzarella in Salzlake
- ☑ Reine Fruchtsäfte, Wasser
- ☑ Wein, Sekt

TIPPS FÜR DIE PRAXIS

1. Besprechen Sie bei Einladungen Ihre besonderen Ernährungserfordernisse und bitten Sie darum, dass man Sie darauf hinweist, wenn angebotene Speisen, bei denen es nicht offensichtlich ist (z.B. bei Beilagen oder Suppeneinlagen), Gluten enthalten. Das gleiche gilt für Restaurantbesuche, im Urlaub und beim Essen in der Kantine
2. Fragen Sie beim Kauf von unverpackten Lebensmitteln, wie z.B. Brot, Gebäck, Wurstwaren und Fischerzeugnissen, ob das Produkt unter Verwendung von Weizen oder anderen Getreideprodukten hergestellt wurde.
3. Vielen Lebensmitteln werden glutenhaltige Hilfsstoffe aus technologischen Gründen zugesetzt. So enthalten z.B. folgende Produkte häufig Gluten: Fertiggerichte, Fertigsaucen, Fertigsuppen, Konservengerichte, Tiefkühlgerichte, Kartoffelpüree-Fertigmischungen, Süßwaren (z.B. Snacks, Kekse, Müsliriegel etc.), Brot, Gebäck und Kuchen.
4. Seien Sie sich bewusst, wenn ein Produkt als „glutenfrei“ gekennzeichnet ist, heißt das nicht, dass es wirklich völlig glutenfrei sein muss. In Deutschland bedeutet „glutenfrei“ lediglich, dass der Glutengehalt dieser Produkte 20 mg / kg nicht übersteigen darf. Produkte, die werben mit „Speziell formuliert für Menschen mit Zöliakie“ dürfen bis zu 100 mg / kg enthalten.
5. Wenn Sie Ihre Mahlzeit nicht selber zubereitet haben, verwenden Sie vorsichtshalber GluteoStop®, um mögliche Spuren von Gluten zu reduzieren.

AB JETZT NEU IN IHRER APOTHEKE

GLUTEOSTOP® HILFT GLUTEN ABZUBAUEN



Diese Broschüre wurde überreicht durch:

30er Packung: PZN 14398555
90er Packung: PZN 14184771

GluteoStop® ist eine eingetragene Marke der ineo Pharma GmbH
Formerweg 9, 47877 Willich, E-Mail: info@ineopharma.de

www.gluteostop.com

Hafer und daraus hergestellte Produkte ohne Kontamination mit glutenhaltigem Getreide sind im Rahmen einer glutenfreien Ernährung erlaubt, wenn unter dem Verzehr keine Beschwerden oder Symptome auftreten.

BESUCHEN SIE UNS AUF UNSEREN SOCIAL MEDIA KANÄLEN:   

MINI-TABLETTEN

30

90





WISSENSWERTES ZU GLUTEN

Gluten ist das Klebereiweiss, das in bestimmten Getreidesorten vorkommt und für deren Backfähigkeit sorgt. Getreidesorten wie Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Grünkern und Hafer enthalten Gluten - und auch sämtliche Produkte, die daraus hergestellt werden. Auch alte Getreidearten wie Einkorn, Kamut und Emmer sind glutenhaltig. Gluten bildet die Grundlage dafür, dass das Getreidemehl bei der Verarbeitung zu einem klebrigen Teig wird und ist z.B. bei der Brotherstellung wichtig für die Zunahme des Teigvolumens und die Konsistenz der Backware.

Gluten ist ein Protein mit einer ungewöhnlich hohen Menge der Aminosäure Prolin und wird dadurch schwer verdaulich. Es kann im Magen-Darmtrakt nicht vollständig aufgespalten werden, das im menschlichen Darm die notwendigen Verdauungsenzyme, die sogenannten Prolyloloigopeptidasen bzw. Prolylendopeptidasen (PEP), nicht ausreichend vorhanden sind.

WELCHE ARTEN VON REAKTIONEN AUF GLUTEN GIBT ES?

Man unterscheidet zwischen drei Arten an Glutenunverträglichkeit, die durch Gluten bzw. glutenhaltige Getreide ausgelöst werden:

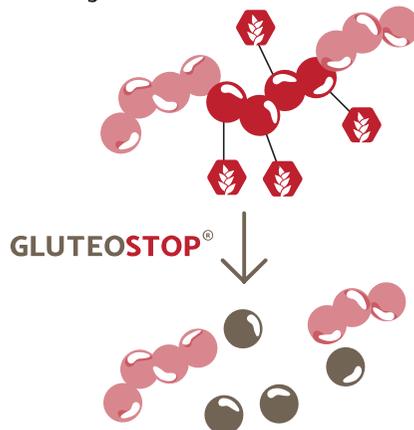
- 1. DIE AUTOIMMUNERKRANKUNG ZÖLIAKIE**
- 2. DIE WEIZENALLERGIE**
- 3. DIE GLUTEN- ODER WEIZENSENSITIVITÄT**

(sogenannte Nicht-Zöliakie-Nicht-Weizenallergie-Weizensensitivität / Non Celiac Gluten Sensitivity (NCGS))

Die Weizensensitivität wurde bereits in den achtziger Jahren das erste Mal beschrieben, findet aber erst in den letzten Jahren zunehmende Aufmerksamkeit und Bedeutung. Diese Nicht-Zöliakie-Nicht-Weizenallergie-Weizensensitivität ist eine Intoleranz gegenüber bestimmten Weizenbestandteilen. Bislang gibt es keine validen Testsysteme, um eine Gluten- / Weizensensitivität nachzuweisen. Die Diagnose kann aktuell nur nach Ausschluss einer Zöliakie und einer Weizen- bzw. Glutenallergie, sowie bei einer klinischen Besserung bei einer glutenfreien Diät postuliert werden.

WIE ÄUSSERT SICH EINE GLUTEN- WEIZENSENSITIVITÄT ?

Die Beschwerden beginnen oft relativ rasch nach dem Verzehr von glutenhaltigen Lebensmitteln und verschwinden ebenso schnell innerhalb weniger Tage unter glutenfreier Ernährung. Die Betroffenen berichten über Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder Verstopfung, Kopfschmerzen, Benommenheit, Müdigkeit, Gelenk- und Muskelschmerzen, Hautveränderungen, depressive Stimmungen und Anämie.



WIE FUNKTIONIERT GLUTEOSTOP®

GluteoStop® enthält ein spezielles Verdauungsenzym, die Prolyloloigopeptidase, welche die Aminosäureketten (Peptide) im Gluten spaltet. Auf diese Weise kann Gluten abgebaut werden. GluteoStop® ist also für alle ideal, die sich glutenfrei ernähren und verhindern wollen, dass durch Glutenspuren oder „verstecktes Gluten“ in Nahrungsmitteln Beschwerden verursacht werden. Studien zeigen, daß selbst bei einer vermeintlich glutenfreien Diät die unbeabsichtigte Glutenzufuhr von 150 mg bis 400 mg pro Tag betragen kann. Dies kann bereits ausreichen, um Beschwerden auszulösen⁴.



GluteoStop® ist ein Nahrungsergänzungsmittel und ausschließlich dazu bestimmt, den Abbau von Gluten in einer glutenarmen Ernährung funktionell zu unterstützen. GluteoStop® kann keine glutenfreie Ernährung ersetzen und ist kein Arzneimittel zur Behandlung oder Vorbeugung einer Zöliakie, Weizenallergie oder Glutensensitivität.

PRODUKTINFORMATION

Das in GluteoStop® verwendete Enzym ist eine sogenannte Aspergillus Niger Prolylendopeptidase (AN-PEP) und ist ein für die Aminosäure Prolin spezifisches Verdauungsenzym. Dieses spezielle Enzym wurde so entwickelt, dass es unter den sauren Bedingungen unseres Magens seine optimale Wirkung erzielt. Dieses in GluteoStop® verwendete Enzym ist das erste Protease Enzym, welches sich in klinischen Humanstudien bewährte. Wissenschaftler der Universität Maastrich zeigten in einer randomisierten, placebo-kontrollierten Studie, dass dieses Enzym beim Abbau von Gluten sehr wirksam war und ein Grossteil des Glutens innerhalb kurzer Zeit bereits im Magen abgebaut wurde^{1,2,3}.

ZITIERTER LITERATUR:

- 1 J. König et al., 'Aspergillus niger-derived enzyme AN-PEP efficiently degrades gluten in the stomach of gluten-sensitive subjects', Clinical Nutrition, 2016, vol 35 no 1, p. S152.
- 2 C. Mitea et al., 'Efficient degradation of gluten by a prolyl endoprotease in a gastrointestinal model: implications for coeliac disease', Gut, 2008, vol 57 no 1, p. 25-32.
- 3 B. Salden et al., 'Randomised clinical study: Aspergillus niger-derived enzyme digests gluten in the stomach of healthy volunteers', Aliment Pharmacol Ther, 2015, vol 42 no 3, p. 273-85.
- 4 Syage J.A., et al. 'Determination of gluten consumption in celiac disease patients on a gluten-free diet.' Am J Clin Nutr. 2018 Feb 1;107(2):201-207.

PRODUKTINFORMATION

GluteoStop® im Klickspender enthält pro Mini-Tablette 30.000 PPI-Einheiten des Enzyms Prolyloloigopeptidase. Der Klickspender ist ideal für Zuhause und unterwegs und erlaubt eine einfache Dosierung. Aufgrund der geringen Tablettengröße ist die Einnahme sogar ohne Wasser möglich. Zwei Packungsgrößen sind erhältlich, 30 oder 90 Tabletten.



ZUSAMMENSETZUNG PRO TABLETTE

Prolyloloigopeptidase	30.000 PPI*
-----------------------	-------------

*PPI steht für „Protease Picomole International“. Der PPI-Wert gibt die Enzymaktivität an. GluteoStop® ist nur für Erwachsene geeignet. Die Höchstdosis von 45 Tabletten am Tag darf nicht überschritten werden.



BESTELLUNG IN DER APO
 30er Packung: PZN 1439855
 90er Packung: PZN 14184771

UVP 14,95€
UVP 27,95 €