
Kostbehandling ved cøliaki

ARTIKKEL

LØVIK A

FLUGE G

DYBDAHL JH

HOLSDAL ER

EK J

RØHME R

DAHL R

Sammendrag

Behandlingen av cøliaki og dermatitis herpetiformis er glutenfri kost. Havre har aldri vært anbefalt i en slik diett, blant annet fordi det i en studie ble observert tarmskade hos ti av 23 cøliakibarn som i 18 måneder hadde brukt havre ikosten. Det har utviklet seg et mer nyansert syn på cøliakisykdommen de siste tiår, takket være bedre diagnostiske hjelpemidler. Nye kontrollerte kliniske studier gjør det naturlig å stille spørsmål ved kostbehandlingen, som har vært uendret i nærmere 30 år. Flere forskere hevder nå at voksne cøliakere tåler ren havre, og dermed kan cøliakerne bli sikret på hva adekvat kostbehandling er. Det er viktig at det til enhver tid er enighet om definisjonen av glutenfrikost, og at både leger og pasienter har tilstrekkelig teoretisk og praktisk kunnskap om innholdet i kostbehandlingen. God overholdelse av glutenfri diett sikrer vekst og utvikling, bedrer allmenntilstanden, helbreder mangelsykdommer og infertilitet, motvirker osteoporose og ser ut til å redusere risikoen for overhyppighet av lymfom og andre maligne sykdommer hos cøliakere og pasienter med dermatitis herpetiformis. Legen har et hovedansvar for at pasientene får betryggende kostveiledning og oppfølging.

Fortsatt fraråder vi havre i glutenfri kost. En rekke kliniske studier er igangsatt, og vil trolig i løpet av få år vise om det er forsvarlig å endre behandlingsprinsippene og tillate havre i cøliakernes kosthold.

Publisert: 20. mai 1999. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 17. februar 2026.