

## Lid worden

Als lid van de NCV heb je voor maar 30 euro per jaar veel voordelen. We zetten ze even op een rij:

- Een gratis telefonische hulplijn van onze diëtist gespecialiseerd in coeliakie, speciaal voor jou!
- Meedoen aan de collectieve ziektekostenverzekering afgesloten bij VGZ alleen voor NCV-leden. Met een maandelijkse diëtvergoeding en een vergoeding van het lidmaatschap van de NCV.
- Toegang tot alle nieuwe medische kennis op het besloten deel van onze website exclusief voor onze leden.
- Snuffelen in de uitgebreide database met glutenvrije recepten.
- Gratis digitale dieetpasje in meer dan 30 verschillende talen
- Meedoen aan onze winacties, waar we pakketten met glutenvrije producten verloten.
- Gratis of tegen een kleine vergoeding meedoen aan onze activiteiten, zoals bakworkshops.
- Gratis toegang tot de vier grootste glutenvrije markten in Nederland.
- Gebruikmaken van de maandelijkse acties en kortingen van een aantal leveranciers.
- Vier keer per jaar het Glutenvrij Magazine in je brievenbus.
- Gratis gezinslid: als er meerdere gezinsleden met coeliakie zijn die op hetzelfde adres wonen, kunnen zij zich aanmelden als gratis gezinslid.

Wil je meer weten over de voordelen van lid worden van de NCV? Kijk dan op [www.glutenvrij.nl/ledenvoordeel](http://www.glutenvrij.nl/ledenvoordeel).

Je kan ook een mailtje sturen naar [info@glutenvrij.nl](mailto:info@glutenvrij.nl) of bellen naar 035-6954002. Direct lid worden kan natuurlijk ook. Ga dan naar [www.glutenvrij.nl/lidworden](http://www.glutenvrij.nl/lidworden).

*We zijn blij als je lid wordt. Jouw steun is belangrijk!*

## Heb je coeliakie?

Dan krijg je klachten van gluten in bijvoorbeeld brood, pasta en crackers



nederlandse  
coeliakie  
vereniging

[glutenvrij.nl](http://glutenvrij.nl)

## Kan je niet tegen gluten?

Dan heb je misschien coeliakie, een glutenintolerantie. Een huisarts kan een bloedonderzoek laten doen. Hierbij wordt gekeken of er antilichamen voorkomen die wijzen op coeliakie (antilichamen tegen endomysium (EmA) en weefseltransglutaminase (tTGA)). Als hier aanleiding toe is, kan de huisarts doorverwijzen naar de specialist, een (kinder)arts gespecialiseerd in Maag Darm Lever-aandoeningen. Een dunnedarmbiopsie in het ziekenhuis kan definitief uitsluitel geven. Tijdens dit onderzoek wordt een stukje weefsel van de dunne darm weggenomen. Blijkt dan dat de darmvlokken beschadigd zijn of ontbreken? Dan wordt de diagnose coeliakie gesteld. Bij kinderen is een biopsie niet altijd meer noodzakelijk. Soms is coeliakie niet aantoonbaar door middel van een bloedtest. Bij klachten die toch op coeliakie wijzen, is het raadzaam om weer contact op te nemen met huisarts en/of specialist.

### Wat is coeliakie?

Coeliakie is een auto-immuunziekte waarbij het lichaam intolerant is voor gluten. Heb je coeliakie en eet je toch gluten, dan beschadigt het slijmvlies in de dunne darm. Dit heeft tot gevolg dat het lichaam belangrijke voedingsstoffen niet kan opnemen. Hierdoor kunnen allerlei tekorten ontstaan.

### Gaat coeliakie ooit over?

Coeliakie is een chronische aandoening, een ziekte die nooit meer over gaat. Dat is niet niks. Maar tegelijkertijd is het een ziekte die relatief makkelijk te behandelen is. Niet met medicijnen of medische behandelingen maar met een glutenvrij dieet. De meeste mensen voelen zich, nadat ze begonnen zijn met het glutenvrij dieet veel of helemaal beter. In Nederland hebben naar schatting 170.000 mensen coeliakie, terwijl maar 30.000 personen weten dat ze het hebben. De ziekte kan zich op elke leeftijd openbaren en heeft een erfelijke factor. Eerstegraads familieleden van patiënten hebben een kans van ongeveer 10% om ook coeliakie te krijgen. Coeliakie komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Kijk ook op [www.hebikcoeliakie.nl](http://www.hebikcoeliakie.nl).

## Klachten

De klachten bij coeliakie verschillen per persoon. De meest voorkomende zijn:

- chronische diarree
- obstipatie
- afwijkend ontlastingspatroon
- stinkende ontlasting
- overmatige ontlasting (zogenaamde remsporen)
- buikpijn
- opgezette buik
- misselijkheid
- huilerigheid, depressiviteit
- ondergewicht, dunne armen en benen
- vertraagde puberteit
- bloedarmoede
- botontkalking
- aften
- afwijkingen aan het tandglazuur
- aanhoudende vermoeidheid

Mensen met coeliakie kunnen één of meer van deze klachten hebben. Sommigen ondervinden echter nauwelijks of geen klachten. Dat wil niet zeggen dat er geen nadelige gevolgen zijn voor de gezondheid. Onbehandelde coeliakie kan leiden tot ernstige medische complicaties. Hoe eerder coeliakie dus wordt herkend, hoe beter!

## Nederlandse Coeliakie Vereniging

Wij willen het leven van mensen met een glutenvrij dieet makkelijker maken. Dit doen wij door voorlichting, het vergemakkelijken van contact met anderen, belangenbehartiging, een speciaal diëtistennetwerk en het stimuleren van wetenschappelijk onderzoek. De NCV werkt er hard aan om vroegtijdige diagnosestelling te bevorderen. Kijk voor meer informatie op [www.glutenvrij.nl](http://www.glutenvrij.nl).