

## **Med celiaki i framtiden**

Skulle jag våga? Skulle jag, som har celiaki, våga stoppa i mig någonting som jag vet innehåller gluten? Steget känns stort efter många år med glutenfri kost och lusläsning av varenda ingrediensförteckning. Ändå är jag oändligt tacksam för den forskning som idag sker när det gäller alternativ till den glutenfria kosten. Den visar att sjukdomen celiaki uppmärksammas och tas på stort allvar. Intresserat följer jag framstegen inom de olika forskningsområdena.

Några undersöker möjligheten att utveckla ett vaccin mot celiaki. Andra prövar att bryta ner gluten till mindre och ofarliga beståndsdelar. En del utreder om det går att blockera den autoimmuna reaktionen i tarmen vid celiaki. Ytterligare några forskar på att förstärka skyddsbarriären i tunntarmens slemhinna. Vissa vill ge parasiter, som ska leva i tarmarna och påverka vad som sker där. I stället för parasiter har jag lättare för att ta till mig idén om att äta vissa fibrer, som goda tarmbakterier gärna livnär sig på och därigenom växer till och stärker tarmen.

Ett annat forskningsområde är växtförädling. Genom att odla fram varianter av vete och andra gluteninnehållande spannmål, kan sorter utan den skadliga delen av gluten tas fram.

Många av dessa alternativ kan användas tillsammans för att uppnå en bättre effekt. Mycket forskning återstår, och nya idéer dyker hela tiden upp. Läkemedel under utveckling idag är tänkta att användas antingen som ett komplement eller som en ersättning till den glutenfria kosten. Det krävs mycket noggranna tester, och i de senare måste personer med celiaki vara med – en beundransvärd insats, eftersom deras tarmludd måste kontrolleras regelbundet.

Tacksam för lovvärd forskning ser jag framtiden an. Samtidigt är det fantastiskt att jag idag kan sköta min celiaki enbart genom rätt kost. En fiberberikad glutenfri kost enligt dietisternas råd bör inte orsaka några komplikationer. Med läkemedel, däremot, följer alltid risken för biverkningar. Trots det skulle det kännas tryggt att vid behov kunna ta ett piller – till exempel vid resor eller restaurangbesök, då det är svårt att kontrollera vad man får i sig.

Idag känns det för mig otänkbart att äta gluten eller olika vetesorter. Men med dagens spännande forskning kanske det så småningom blir möjligt. Skulle jag då våga? Det får framtiden utvisa.

***Margareta Elding-Pontén***