

Dvě nové studie přinášejí potvrzení toho, že lepek u kojenců zatěžuje imunitu a doporučení pediatrů dávat lepek už od 4 měsíců, aby se předešlo celiakii nemá význam.

Pediatři doporučují kojit nejméně do 6 měsíců a před 5 měsícem nedávat žádnou pevnou stravu nebo přikrmovat. Doporučení podávat lepek už od 4 -6 měsíců nedává smysl, posunutí konzumace lepku od 1 roku naopak celiakii může oddálit, a alespoň zbytečně nezatěžuje nezralý imunitní systém kojence.

Nejde ale jen o celiakii. Celiakie, zánětlivé autoimunitní onemocnění, je reakcí imunitního systému na lepek, bílkovinu nacházející se v pšenici, ječmeni, žitu a ovsu. Imunitní systém se následně obrátí proti vlastním tkáním. Dochází k zánětlivým změnám střevní sliznice vedoucím k propustnosti střevní sliznice pro toxické látky, které přecházejí do krve a způsobují další poškození. Celiakie se na rozdíl od dřívějších názorů a tvrzení ale může projevovat bez střevních příznaků jako poruchy stolice, zejména průjem, bolesti břicha, nadýmání i jinde, například v mozku.

Diagnostika se provádí z krevních testů (např. protilátky antitransglutamináza typ 2 -TG2A, biopsie ze sliznice tenkého střeva atd.).

Dosavadní přístup doporučoval v rámci snížení rizika celiakie zejména u geneticky rizikových dětí nasazovat lepek mezi 4-6 měsícem kojence, ještě v době, kdy je kojený, čímž údajně v organismu nastává tolerance na lepek. Tyto studie byly ale hodnoceny jen zpětně, často založeny jen na tom, co sdělili rodiče dětí. Tyto studie ani nehodnotily množství lepku.

Nové dvě studie ukazují, že doporučení zařazovat lepek v časném věku u dítěte nemá význam a zatěžuje imunitní systém.

V obou studiích zkoumající dobu podávání lepku v souvislosti se snížením rizika celiakie u dětí s rodinnou zátěží se lepek podával téměř 1700 kojencům v jedné studii kojencům v 6 a 12 měsících, v druhé studii malé množství lepku nebo placebo podávaného od 16 měsíce věku. V pozdějším věku se celiakie objevila dokonce více u dětí, které lepek nejedly. Kojení a ani délka kojení výskyt celiakie též neovlivnilo.

Podle autorů studie je třeba změnit doporučení, která dávají pediatři. Podávání lepku kojencům ve 4-6 měsících jako ochrana proti intoleranci lepku či celiakii nedává žádný smysl, naopak zatěžuje imunitu a přispívá k chronickému zánětu.

K rozvoji celiakie či intolerance (nesnášenlivost lepku) přispívá mnoho různých faktorů a jedním z nich je zhoršující se kvalita potravin, zejména lepku a pšeničné mouky.

David Frej