

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie – <i>Mirosław Jarosz, Jan Dzieniszewski</i>	7
Co to jest celiakia? – <i>Mirosław Jarosz, Jan Dzieniszewski</i>	9
Częstość występowania celiakii w populacji – <i>Mirosław Jarosz, Wioleta Respondek</i>	11
Jakie są objawy kliniczne celiakii? – <i>Mirosław Jarosz</i>	13
Jak potwierdzić rozpoznanie celiakii? – <i>Mirosław Jarosz</i>	16
Objawy kliniczne	16
Badania laboratoryjne	19
Badania histopatologiczne	20
Inne odchylenia w badaniach laboratoryjnych	21
Leczenie celiakii – <i>Mirosław Jarosz</i>	22
Rokowania – <i>Mirosław Jarosz</i>	24
Produkty spożywcze zawierające gluten – <i>Regina Wierzejska</i>	26
Charakterystyka glutenu i innych białek zbożowych	26
Gluten w środkach spożywczych	30
Wykaz produktów spożywczych zawierających gluten	34
Produkty spożywcze bezglutenowe – <i>Regina Wierzejska, Anna Taraszewska</i>	37
Charakterystyka zbóż bezglutenowych	37
Wymagania dotyczące bezglutenowych produktów spożywczych	52
Produkcja żywności bezglutenowej – regulacje prawne	56

Praktyczne zalecenia oraz wskazówki dotyczące układania diety w celiakii – Katarzyna Wolnicka, Ewa Rychlik.	59
Jak wybierać odpowiednie produkty i układać jadłospis?	59
Co na śniadanie?	64
Co na obiad?	65
Przykładowe jadłospisy dla osób z celiakią – Katarzyna Wolnicka, Ewa Rychlik	66
Sezon letnio-jesienny.	66
Sezon zimowo-wiosenny.	80
Niedobór witamin i składników mineralnych w celiakii – Anna Taraszewska	93
Leki a dieta bezglutenowa – Anna Taraszewska, Wioleta Respondek.	98
Piśmiennictwo	105