

# Challenge de **glutenchallenge!**

OP DE NEDERLANDSE COELIAKIE DAG KREEG NICOLETTE WIERDSMA (46) EEN OORKONDE UITGEREIKT ALS EERSTE WINNAAR VAN DE NCV STIMULERINGS-PRIJS. MET HET PRIJZENGELD VAN 15.000 EURO WIL DE DIËTIST-ONDERZOEKER EEN BETERE TEST ONTWIKKELEN DAN DE HUIDIGE 'INEFFICIËNTE, WILLEKEURIGE EN BELASTENDE' GLUTENCHALLENGE. DEZE GLUTENBELASTINGSTEST WORDT MOMENTEEL INGEZET ALS IEMAND AL GLUTENVRIJ EET EN EEN BIOPT NODIG IS VOOR EEN OFFICIËLE DIAGNOSE COELIAKIE.

TEKST: ANNETTE KARIMI

Eigenlijk had Wierdsma een ander carrièrepad voor ogen: ze wilde arts worden. 'Ik schreef me in voor de studie geneeskunde, maar ik werd viermaal uitgeloot. Een vriendin besloot naar de open dag van de opleiding Voeding & Diëtetiek te gaan. Zoals dat dan gaat, ging ik mee, en werd zo enthousiast dat ik – en niet mijn vriendin – aan het einde van de dag me inschreef voor de studie', vertelt ze lachend.

Wierdsma ging vervolgens nog Voeding en Gezondheid studeren aan de Wageningen Universiteit en liep een half jaar stage in Zuid-Afrika. 'Daar deden we een onderzoek naar babypoep onder zes maanden oude zuigelingen in een krottenwijk. De baby's kregen een vitamine-verrijkte pap. Daar is ook mijn levenslange fascinatie voor voeding, poep en het maag-darmkanaal gestart, al viel het onderzoek technisch gezien in duigen. De pap werd namelijk door het hele gezin van de baby opgegeten. Logisch, want het was gratis en enorm voedzaam.'

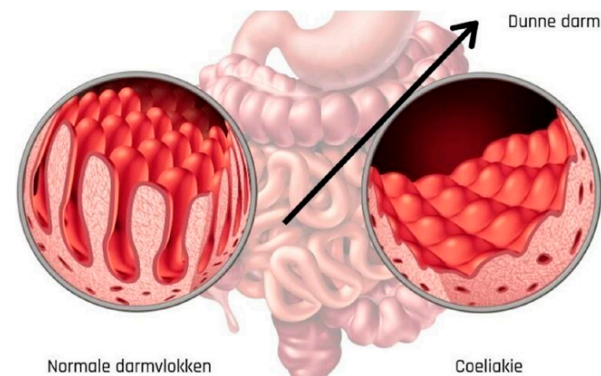
## RODE DRAAD

In 1999 ging de kersverse diëtist in het Amsterdam UMC aan de slag op de afdeling maag-darm-leverziekten. 'Ik houd ontzettend van het werken met patiënten en hield me bezig met onderzoek naar dunne-darmziekten.'

De diëtist-onderzoeker laat een filmpje zien over wat er met het voedsel gebeurt dat het lichaam binnen komt, en via de dunne darm en dikke darm weer het lichaam verlaat. Bij coeliakie is de geplooide darmoppervlakte afgevlakt tot een glad weefsel, wat regelmatig leidt tot dunne ontlasting. 'Dan kan een verminderde opname van voedingsstoffen ontstaan en bekende symptomen



**NICOLETTE WIERDSMA ZET  
DE NCV STIMULERINGS-PRIJS IN  
VOOR SNELLERE EN BETERE TEST  
VOOR COELIAKIE**



als bijvoorbeeld bloedarmoede en groeiachterstand.' Een dunne-darmbiopsie toont deze 'afgevlakte' dunne darm aan.

Eet iemand al glutenvrij, nog voor de diagnose is gesteld, dan is de kans groot dat de vlokatrofie in de dunne darm weer hersteld is en zijn de antistoffen niet meer te vinden in het bloedonderzoek. Dan is een glutenchallenge nodig om alsnog de diagnose te stellen. 'Maar mensen zes tot acht weken 20-30 gram gluten per dag laten eten, is een flinke belasting als je ziek wordt van gluten. Het is begrijpelijk dat die mensen daar weinig trek in hebben.'

Bovendien, zo betoogt Wierdsma, is deze glutenchallenge niet op onderzoek gebaseerd. 'We doen maar wat. In internationale wetenschappelijke literatuur is geen bewijsvoering te vinden voor de huidige glutenbelastingstest qua duur en hoeveelheid gluten in de test. Daarop ontstond het idee dat de glutenchallenge beter, sneller en minder belastend kan worden voor een diagnose.'

Die diagnose blijft belangrijk voor het in de gaten houden van groei, tekorten, botten, antistoffen, vlokatrofie en andere auto-immuunziekten bij iemand met coeliakie.

## OPLOSSING

Wierdsma: 'Onderzoeken zijn heel intensieve trajecten. Er moet eerst een knelpunt zijn: in dit geval de belastende glutenchallenge. Vervolgens moet je onderzoeken of er in de literatuur al een oplossing is. Die is er niet, getuige het gebrek aan onderzoeksresultaten. De volgende stap is met andere experts een onderzoeksgroep te vormen.'

Het onderzoeksvoorstel moet vervolgens getoetst en goedgekeurd worden door een erkende Medisch Ethische Onderzoekscommissie (METC), onder andere ter bescherming van deelnemende proefpersonen. 'Iemand mag natuurlijk niet onnodig worden blootgesteld aan risico's.' Is er voldoende onderzoeksgeld, dan kan het onderzoek van start gaan.

Kort gezegd gaan Wierdsma en haar team kijken naar de toename van glutenspecifieke afweercellen, de zogenaamde T-cellen, bij de inname van gluten. Er worden twee groepen van mensen gevormd. Een groep van tien gezonde vrijwilligers (met het HLA-DQ2.5 gen) die geen coeliakie hebben en een groep van tien mensen met coeliakie (en het HLA-DQ2.5 gen) die al lange tijd glutenvrij eten. De laatste groep wordt maximaal vier weken lang gevraagd een bepaalde hoeveelheid gluten in te nemen en wekelijks bloed af te geven in Amsterdam. Dat wordt onderzocht op glutenspecifieke T-cellen met behulp van een nieuwe immunologische bepalingstechniek. De gezonde vrijwilligers hoeven slechts eenmaal bloed te geven. De onderzoekers kijken vervolgens naar de verandering en variatie in T-cellen per persoon, de variatie tussen de groep die wel en niet coeliakie heeft, en de variatie T-cellen tussen de verschillende dosis gluten die zijn gegeven.

Wierdsma hoopt dat de uitkomsten meehelpen aan een verkorte en persoonsafhankelijke glutenbelastingstest voor een minder invasieve diagnostiek. Ze lacht: 'De ultieme ambitie is dat zelfs het biopsie vervangen kan worden. Maar dat is nog toekomstmuziek.'

## PROEFPERSONEN GEZOCHT

Voor dit onderzoek worden proefpersonen gezocht die ouder zijn dan 18 jaar met een officiële diagnose coeliakie en die al minstens vijf jaar strikt glutenvrij eten als ook gezonde volwassen proefpersonen.

Meer info over deze en andere studies die in het Amsterdam UMC lopen bij en voor patiënten met coeliakie? Schrijf dan naar [n.wierdsma@amsterdamumc.nl](mailto:n.wierdsma@amsterdamumc.nl)