

► Utilsigtet fejlernæring som følge af glutenallergi er årsagen til, at John Weait Larsen har fået knogleskørhed i en ung alder.
Fotorettigheder: Væksthus Hovedstadsregionen, VHHR

Personportræt

Glutenallergi hævnede sig på knoglerne

Nogle sygdomme øger i sig selv risikoen for at få knogleskørhed, men lægerne er ikke altid opmærksomme på det. 49-årige John Weait Larsen havde formentlig haft knogleskørhed i flere år, før han fik stillet diagnosen.

Knogleskørhed opstået som direkte følge af en anden sygdom (også kaldet sekundær osteoporose) er en hyppig årsag til udvikling af knogleskørhed. Ifølge Dansk Knoglemedicinsk Selskab kan knogleskørhed hos kvinder i cirka 1/3 af tilfældene tilskrives sekundær osteoporose – og hos mænd cirka 2/3. En af dem er den 49-årige konsulent, John Weait Larsen, der bor i Kongens Lyngby nord for København.

John fik konstateret glutenallergi (cøliaki) i efteråret 2003. Når

en glutenallergiker spiser mad med gluten, skades tyndtarmens slimhinde, så fordøjelsen bliver dårligere, og vitaminer og andre næringsstoffer – som fx kalk og vitamin D – ikke optages, som de skal. Det resulterer i utilsigtet fejlernæring og i deraf følgende utilsigtede konsekvenser som – i Johns tilfælde – knogleskørhed.

Tavshed efter diagnose

”Det tog lægerne flere år at fastslå, at det var glutenallergi, der lå bag de problemer med tarmene, som jeg havde lidt af over længere tid. For at trænge igennem til dem var jeg virkelig nødt til at slå i bordet, eftersom jeg er såkaldt falsk-negativ, og der derfor skulle en speciallæge og supplerende undersøgelser til, før man fandt ud af, hvad der var galt. Indtil da ændrede jeg ikke min diæt, og det betyder jo så, at jeg har været i underskud for blandt andet kalk i adskillige år”, fortæller John, der i øvrigt undrer sig over den manglende opfølgning på diagnosen og selv måtte betale en diætist, der kunne vejlede ham i sammensætning af en glutenallergivenlig kost.

Med beskeden om, at han havde glutenallergi fulgte nemlig ikke

yderligere vejledning eller anbefalinger fra den private speciallæge, som havde stillet diagnosen, og det er kun takket være søsteren, at han blev undersøgt for knogleskørhed:

Udredt takket være sin søster

”Min søster er læge, og det er hende, der sørgede for, at jeg fik et større tjek, 11 år efter diagnosen blev stillet. Og heldigvis for det, for knogleskanningen viste, at jeg havde udtalt knogleskørhed med en gennemsnitlig T-score på -3,2. Det er jeg superglad for, at man har fået fokus på, så der kan blive gjort noget ved det”, siger John.

De to ugers ventetid, der gik, fra diagnosen blev stillet, til John konsulterede sin nye osteoporosespecialist på Medicinsk afdeling på Gentofte Hospital første gang, var dog temmelig pinefulde, husker han:

”Det var meget længe at vente. Jeg læste om knogleskørhed på nettet, og af det jeg læste, fik jeg indtryk af, at jeg skulle holde op med stort set alt, hvad jeg godt kunne lide at lave. Jeg blev derfor meget lettet, da jeg endelig



mødte osteoporosespecialisten, der med det samme slog fast, at sygdommen ikke skulle lægge mig flere hindringer i vejen end nødvendigt – bare jeg bruger hovedet og mærker efter.”

John blev indledningsvis sat i behandling med Alendronat, men da han ikke tålte det, skiftede osteoporoselægen ham hurtigt over til Aclasta, som gives som indsprøjtning een gang om året.

Føler sig i gode hænder

Trods sin unge alder var John ikke voldsomt påvirket af at få at vide, at han havde fået knogleskørhed:

”Jeg var overrasket, men ikke voldsomt nedslået. Det skyldes måske, at det er en lidt abstrakt diagnose, som jeg ikke mærker noget til. Jeg føler mig også i gode hænder hos min osteoporoselæge, der tilmed forventer, at

behandlingen vil vise sig at have haft positiv effekt, når jeg skal kontrois kannes her til efteråret. Det glæder jeg mig til.”

” Det er en lidt abstrakt diagnose, som jeg ikke mærker noget til

Hensyn uden fanatisme

”Så min knogleskørhed er ikke noget, der optager mig i hverdagen. Jeg tager selvfølgelig nogle hensyn – jeg prøver fx på ikke at løfte for tunge ting, og jeg dyrker ikke fodbold eller anden kontaktsport mere. Samtidig er jeg

blevet mere bevidst om at gå og løbe så meget som muligt. Alt det, der er lidt for vildt, prøver jeg til gengæld at holde mig fra. Jeg har ikke lyst til at betale prisen, hvis jeg brækker arme og ben eller får sammenfald i ryggen. Lige det kan jeg godt frygte lidt”, fastslår John, der er glad for, at hans interesse for golf ikke er truet af de skøre knogler. Alpinskiene har han dog helt bevidst valgt ikke at lægge på hylden.

”Jeg står stadig på ski sammen med mine to børn på 10 og 12 år indimellem, men jeg kører lidt roligere end før i tiden. Det er alt sammen mere civiliseret nu, selvom jeg da nogle gange får skældud af min kæreste, når hun ikke synes, jeg er forsigtig nok. Men nogle ting vil jeg bare ikke leve foruden. Jeg tager hensyn, men jeg er ikke fanatisk”, slutter han.