



PRESSEMITTEILUNG

Wenn zwei Autoimmunerkrankungen zusammentreffen Warum Menschen mit Typ-1-Diabetes auch an Zöliakie denken sollten

Berlin, 30. März 2026 – Menschen mit Typ-1-Diabetes sind häufiger von weiteren Autoimmunerkrankungen betroffen. Eine davon ist die Zöliakie – eine chronische Erkrankung des Dünndarms, die oft lange unentdeckt bleibt. Die gemeinnützige Organisation diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe informiert über Zusammenhänge, typische Anzeichen und gibt Hinweise für den Alltag sowie für Familien mit betroffenen Kindern. Die gemeinnützige Organisation bietet auch eine Kinderfreizeit an: Das „Zirkus-Camp“ des Circus Courage bietet Kindern und Jugendlichen mit Diabetes und/oder Zöliakie Raum für Austausch, Lernen und Selbstvertrauen.

Zöliakie ist eine Autoimmunerkrankung, bei der das Immunsystem auf das Getreideeiweiß Gluten reagiert. Dabei wird die Dünndarmschleimhaut geschädigt, sodass Nährstoffe nicht mehr richtig aufgenommen werden können. Bei Menschen mit Typ-1-Diabetes kommt diese Erkrankung häufiger vor als in der Allgemeinbevölkerung. Während weniger als ein Prozent der Bevölkerung betroffen ist, sind es bei Typ-1-Diabetes etwa drei bis sechs Prozent. „Bei Kindern und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes sollten wir daher immer auch an Zöliakie denken. Die Erkrankung bleibt oft lange unentdeckt, weil die Beschwerden mild oder unspezifisch sind. Gleichzeitig kann die geschädigte Darmschleimhaut dazu führen, dass Kohlenhydrate schlechter aufgenommen werden. Das begünstigt Unterzuckerungen und Mangelerscheinungen“, sagt Professor Dr. med. Andreas Neu, Senior Consultant an der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Universitätsklinikum Tübingen.

Unspezifische Symptome erschweren die Diagnose

Typische Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall treten nicht immer auf. Häufig zeigen sich eher allgemeine Symptome wie Müdigkeit, Leistungsschwäche oder Gewichtsveränderungen. Die Folge: Die Erkrankung wird bei Menschen mit Typ-1-Diabetes oft spät erkannt. Dabei empfehlen Fachgesellschaften wie die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG), regelmäßig auf Zöliakie-spezifische Antikörper zu testen. „Leitlinien sehen vor, Kinder und Jugendliche mit neu diagnostiziertem Typ-1-Diabetes auf Zöliakie zu untersuchen. Das wird in der Praxis aber noch nicht überall umgesetzt“, so Neu. „Wichtig ist: Bei einem positiven Antikörperbefund sollte die weitere Diagnostik individuell geplant werden.“

Diagnose und Umgang im Alltag

Die Diagnose erfolgt zunächst über eine Blutuntersuchung auf Antikörper und wird gegebenenfalls durch eine Gewebeprobe aus dem Dünndarm gesichert. Für Betroffene bedeutet die Diagnose eine klare Konsequenz: Sie müssen lebenslang auf Gluten verzichten. Eine medikamentöse Behandlung gibt es nicht. „Eine glutenfreie Ernährung stabilisiert den Stoffwechsel und verbessert die Nährstoffaufnahme. Menschen mit Typ-1-Diabetes müssen ihre Kohlenhydratberechnung und Insulindosis anpassen, da sich glutenfreie Produkte anders auswirken können“, erklärt Kinderarzt Neu. Für eine ausgewogene Ernährung empfiehlt es sich, regelmäßig Gemüse, Obst sowie Nüsse oder Samen zu essen, um ausreichend Ballaststoffe aufzunehmen.

Was Eltern beachten sollten

Gerade für Familien stellt die Doppeldiagnose eine besondere Herausforderung dar. Die Umstellung auf eine glutenfreie Ernährung erfordert Zeit und Unterstützung. „Bei Kindern ohne Beschwerden kann es sinnvoll sein, den Zeitpunkt der weiteren Abklärung individuell festzulegen. Wichtig ist, die familiäre Situation zu berücksichtigen und Überforderung zu



vermeiden“, sagt Neu. Treten jedoch Symptome oder Mangelerscheinungen auf, sollte die Diagnostik nicht aufgeschoben werden.

Zirkus-Camp 2026: Gemeinschaft stärkt Kinder

Wie Kinder und Jugendliche mit Diabetes und/oder Zöliakie gestärkt werden können, zeigt auch das Zirkus-Camp des Circus Courage im Sommer 2026. Eine Woche lang erleben die Teilnehmenden Bewegung, Kreativität und Gemeinschaft – und lernen ganz nebenbei, sicher mit ihren Erkrankungen umzugehen. Ein erfahrenes Team, darunter medizinisches Fachpersonal, begleitet die Teilnehmenden rund um die Uhr.

Das Projekt wird durch Spenden ermöglicht. Interessierte können das Zirkus-Camp unterstützen:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE63 3702 0500 0001 1888 00

BIC: BFSWDE33XXX

Stichwort „Zirkus-Camp“

Weitere Informationen finden Interessierte unter:

[Doc2Go Staffel 2 Folge 6 | diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe](#)

[Circus Courage – Ein Diabetes-Camp, das mehr ist als Zirkus | diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe](#)

Ihre Kontakte für Rückfragen:

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe

Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)

Albrechtstr. 9

10117 Berlin

Tel.: +49 (0)30 201 677-12

Fax: +49 (0)30 201 677-20

E-Mail: mattig-fabian@diabetesde.org

www.diabetesde.org

www.deutsche-diabetes-hilfe.de

Thieme Communications

Julia Hommrich

Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart

Tel.: +49 (0)711 8931 423

Fax: +49 (0)711 8931 167

E-Mail: hommrich@medizinkommunikation.org

www.diabetesde.org

www.deutsche-diabetes-hilfe.de

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe ist die führende deutsche Gesundheitsorganisation für die aktuell rund 11 Mio. Menschen mit Diabetes mellitus. Wir geben allen Menschen mit Diabetes, ihren Angehörigen und Risikopatient*innen eine Stimme, bieten praktische Hilfestellungen und Informationen für alle Lebenssituationen mit Diabetes und betreiben politische Interessenvertretung mit Forderungen nach bestmöglicher Versorgung. Unsere Vision ist die Senkung von Neuerkrankungen und die Vermeidung von Folgeerkrankungen.

Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft, Bank für Sozialwirtschaft,
IBAN: DE63 3702 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33XXX