

CELIJAKIJA – IZAZOV OBOLJELIH OSOBA U HERCEGOVAČKO- NERETVANSKOM KANTONU

Robert Kepić¹, Emina Ademović², Mladenka Vukojević³, Jasna Avdić¹

Originalan naučni rad – *Original scientific paper*

Sažetak

Celijakija je hronična bolest probavnog sistema uzrokovana unosom glutena kod genetski predisponiranih osoba. Karakteriziraju je učestala pojava i često kasno dijagnosticiranje zbog nespecifičnih simptoma poput hroničnog proljeva, povraćanja, gubitka apetita, umora i anemije, koji se često zanemaruju ili pogrešno pripisuju drugim stanjima. Bolest se često javlja zajedno s drugim autoimunim bolestima. S obzirom na složenu administrativnu strukturu Bosne i Hercegovine, postoje i značajne razlike u sustavu zdravstvene zaštite među kantonima, što utječe na položaj oboljelih i dostupnost odgovarajuće zdravstvene skrbi.

Cilj rada je prikazati celijakiju kroz prizmu bolesti, izazova i mogućnosti oboljelih u Hercegovačko-neretvanskom kantonu. Rad obuhvaća teorijski pregled bolesti, analizu dostupnosti bezglutenskih proizvoda, ponude u ugostiteljstvu i prava iz zdravstvene zaštite, kao i prikaz iskustva osobe oboljele od celijakije.

Pravo na bezglutenske namirnice u HNK imaju pacijenti oboljeli od celijakije (K90.0 morbus coeliacus) u vrijednosti od 200 KM mjesečno, ukoliko pripadaju dječjem uzrastu, kategoriji nazaposlenih osoba ili su u statusu umirovljenika, dok zaposlene osobe oboljele od celijakije ne polažu pravo na bezglutenske namirnice na teret ZZO HNK.

Na području grada Mostara u distribuciji bezglutenskih namirnica na teret ZZO HNK sudjeluju četiri ugovorne apoteke, a na području HNK još pet apoteka u drugim mjestima (Čapljina, Čitluk, Jablanica, Prozor, Konjic).

Istraživanjem tri trgovačka lanca koji imaju najviše trgovina u Mostaru, zaključuje se kako trgovine nude raznoliku ponudu bezglutenskih namirnica.

Restorani u Mostaru ne nude zadovoljavajuću ponudu u svojim jelovnicima što, nesumnjivo otežava društveni život osoba oboljelih od celijakije, naročito mlađih koji su društveno aktivni te putuju i rade. I za jela, koje se u jelovnicima naznačuju kao bezglutenska, preporuča se prije narudžbe, provjeriti s osobljem pripremaju li se u kontroliranim uvjetima i postoji li mogućnost kontaminacije glutenom od pripreme drugih jela.

¹ Poljoprivredno-prehrambeni fakultet Univerziteta u Sarajevu, Zmaja od Bosne 8, 71 000 Sarajevo, BiH

² Odsjek za Biologiju, Nastavnički fakultet, Univerzitet "Džemal Bijedić" Mostaru, 88 104 Mostar, BiH

³ Klinika za dječje bolesti, Sveučilišna klinička bolnica Mostar, 88 000 Mostar, BiH

Korespondencija: robert.kepic@fkg-visoko.org

Izniman doprinos u poboljšanju kvalitete života osobama oboljelim od celijakije daje Udruga oboljelih od celijakije „Gluten free“ u HNŽ/K, kroz različite aktivnosti i inicijative gradskim strukturama, što se primjećuje u unaprijeđenju kvaliteta života osoba oboljelih od celijakije tijekom posljednje dvije godine otkako je Udruga osnovana.

Ključne riječi: *celijakija, bezglutenska prehrana, zdravstveni sistem, iskustva pacijenata, Hercegovačko-neretvanski kanton*

UVOD

Celijakija je hronična bolest gastrointestinalnog trakta uzrokovana djelovanjem glutena i srodnih prolamina iz hrane, a ispoljava se kod genetski predisponiranih osoba. Odlikuju je učestalost i kasno dijagnosticiranje, zbog tipa i simptoma koji se zanemaruju ili pripisuju nekim drugim stanjima (Mišak i sar., 2022). Najčešći simptomi celijakije su: hronični proljev, povraćanje, nenapredovanje na težini kod djece, gubitak apetita, opstipacija, umor, malaksalost i anemija. Bolest se često javlja uz autoimune i druge bolesti (Barbarić, 2009).

Budući da Bosnu i Hercegovinu čine dva entiteta i deset kantona, važno je osvrnuti se na različitosti unutar kantona koje se ogledaju i u određenim odredbama iz oblasti zdravstvenog osiguranja, zbog čega pacijenti u različitim kantonima imaju i drugačije mogućnosti i izazove u borbi sa celijakijom i drugim bolestima.

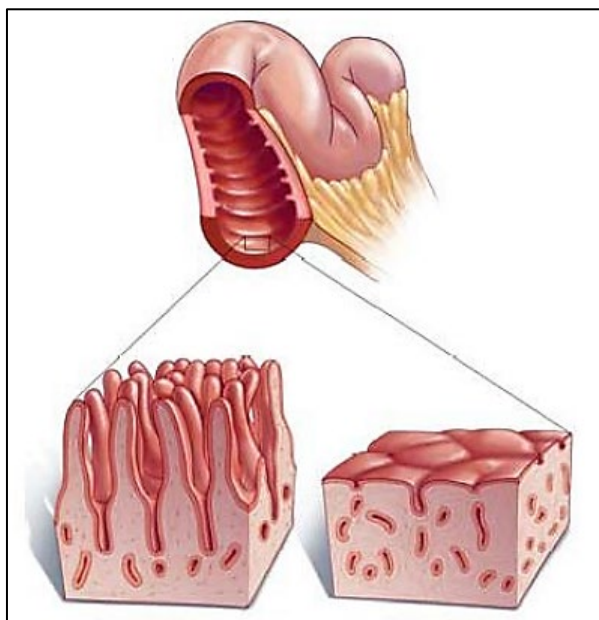
Rad ima za cilj prikazati celijakiju kroz prizmu bolesti, izazova i mogućnosti oboljelih u Hercegovačko-neretvanskom kantonu. Rad je usmjeren na definiciju, simptome i dijagnosticiranje bolesti te prikaz položaja osoba oboljelih od celijakije u HNK kroz analizu dostupnosti namirnica, ponude ugostiteljskih objekata i prava u oblasti zdravstvene zaštite.

PREGLED LITERATURE

Celijakija ili glutenska enteropatija, definiše se kao hronična bolest, čiji su uzrok gluten i srodni prolamini, a nastaje kao rezultat imune reakcije kod genetski predisponiranih osoba (Mišak i sar., 2022). Gluten predstavlja skladišni protein u pšenici, ječmu i raži – žitaricama koje su sastavni dio prehrambenih namirnica (Pelkowski & Viera, 2014). Celijakija se smatra jednom od najčešćih gastrointestinalnih bolesti sa stopom od 1%, a nerijetko se ne prepoznaje ili kasno dijagnosticira (Mišak i sar., 2022). Klasična bolest češća je u ranom djetinjstvu, ali očituje se i kasnije, kod odraslih osoba, sa trajnom (doživotnom) intolerancijom na gluten kao i različitim stepenima oštećenja sluznice tankog crijeva (Votava-Raić i sar., 2006).

Zbog brojnih napredaka u dijagnostici i patogenezi, povećava se i broj dijagnosticiranih slučajeva. Tome u prilog idu i pretpostavke o doprinosu novih tipova žitarica, a koje su uvedene iz tehnoloških, odnosno ne nužno nutritivnih razloga zbog čega se ostavlja za potrebu ispitivati potencijalne okolišne faktore u nastanku celijakije (Ciao i sar., 2019).

Budući da se u mnogim slučajevima celijakija kasno dijagnosticira zbog očitovanja kroz različite simptome (tabela 1.), što često i odgađa dijagnosticiranje, važno je poznavati i pratiti simptome bolesti kako bi se pravovremeno moglo posumnjati i pristupiti pretragama (Mišak i sar., 2022). Odgođena dijagnostika umanjuje kvalitetu života te utječe i na mentalno stanje oboljelih, čemu svjedoče rezultati istraživanja u kojima se kod ispitanika sa kasnije uspostavljenom dijagnozom bilježi veći broj posjeta ljekarima, te upotreba antidepresiva i lijekova za dispepsiju. Tipovi bolesti klasificiraju se u: gastrointestinalne, ekstraintestinalne, refraktorne, potencijalne, subkliničke i seronegativne (Vranešić Bender i sar., 2024). Stoga, osobitu pozornost valja obratiti na simptome u djetinjstvu, s obzirom da se bolest može očitovati u uzrastu od 7. do 24. mjeseca života, sa punom kliničkom slikom već u 18. mjesecu života. U tom razdoblju najčešći simptomi koji upućuju na celijakiju su: hronični proljevi, mršavljenje te anoreksija što rezultira nenapredovanjem djeteta. Po uvođenju brašna u prehranu, opažaju se promjene u stolici kao i hipotonija, što se povezuje sa nakupljanjem plinova i tečnosti u crijevima te mogućom pojavom opstipacije. Ove simptome može pratiti i nedostatak vitamina D kao i anemija zbog koje se javljaju bljedoća kože i sluznice (Votava-Raić i sar., 2006). Ponekad, uz navedene simptome u dječjem uzrastu i promjena zubne cakline može ukazivati na apsorpcijski poremećaj te izazvati sumnju na celijakiju (Zovko Dodig, 2007).



Slika 1. Crijevne resice – zdrave (desno) i oštećene (lijevo)
(Loftus & Murray, 2003)

Kod odraslih, pojava simptoma podrazumijeva: proljeve, gubitak težine, umor te dermatitis herpetiformis. Anemija, kao nedostatak željeza, neuropatija i smanjena gustoća minerala u kostima, takođe, upućuju na celijakiju, koja se često dijagnosticira kod osoba upravo zbog izraženih ekstraintestinalnih manifestacijama (Pelkowski & Viera, 2014). Važno je istaknuti i činjenicu da se celijakija često javlja pridružena autoimunim ili nekim drugim bolestima među kojima se izdvajaju: šećerna bolest tip 1, autoimune bolesti jetre, autoimuna bolest štitne žlijezde, selektivni nedostatak IgA i uz hromosomske promjene (Down sindrom, Turner sindrom, Williamsov sindrom i dr.) (Mišak i sar., 2022). Istraživanja ukazuju kako, uz genetske faktore rizika, nastanku bolesti mogu doprinijeti i enterovirusne infekcije u ranijem uzrastu (Husby i sar., 2024).

Tabela 1. Oblici i obilježja celijakije (Barbarić, 2009)

Table 1. Forms and characteristics of celiac disease (Barbarić, 2009)

OBLIK CELIJAKIJE	PROBAVNI SIMPTOMI	KLINIČKA SLIKA
Tipična	prevladavaju	proljev, povraćanje, nenapredovanje na težini, gubitak apetita, opstipacija
Atipična	minimalni/odsutni	umor, malaksalost, anemija, niski rast, autoimune bolesti ostalih organskih sustava
Tiha	odsutni	promijenjena sluznica tankog crijeva
Latentna	odsutni	normalna sluznica tankog crijeva, kasniji razvoj promjena i smetnji

Organizacije koje proučavaju gastrointestinalne bolesti, u preporukama o dijagnostici celijakije iz 2012. godine, nude četiri dijagnostička pristupa. Oni najčešće podrazumijevaju kombinaciju kliničke slike, seroloških analiza i biopsiju tankog crijeva. Serološki testovi usmjereni su na ispitivanje anti-tkivne transglutaminaze (tTG) ili anti-deamidiranog gliadinskog peptida (DGP) (Kaswala i sar., 2015). Serološkom testiranju na celijakiju, valja prethoditi glutenska prehrana barem 30 dana zbog serumskih antitijela čiji je poluvijek od 30 do 60 dana. U nekim slučajevima, kao isključni test, koristan u dijagnostici može biti i genetski test - analiza DQ2DQ8 heterodimera na 6. hromosomu (Vranešić Bender i sar., 2024). Preporuka je, pri uspostavljanju dijagnoze, usporediti razinu antitijela i rezultate biopsije kako bi se sa sigurnošću uspostavila dijagnoza zbog vrijednostima testova koji su slabije ili granično pozitivni (Husby i sar., 2024)

Budući da se liječenje celijakije temelji na bezglutenskoj ishrani, važno je educirati se o skrivenim izvorima glutena, proučavati deklaracije proizvoda, te planirati uravnotežene obroke naročito na putovanjima i boravku izvan kuće (Pelkowski & Viera, 2014). Bezglutenska ishrana uvodi se tek kada se uspostavi dijagnoza, a zahtijeva strogo pridržavanje i kontrolu prehrambenih namirnica kako bi se izbjegli i tragovi glutena, koji bi mogli dovesti do oštećenja sluznice. Rezultat pravilnog provođenja bezglutenske

prehrane očituje se u nestanku simptoma, smanjenju komplikacija te oporavku sluznice tankog crijeva što znatno poboljšava kvalitetu života (Mišak i sar., 2022). Osobama koje provode bezglutensku dijetu, uz hranu bogatu vlaknima, preporuča se uvođenje i unos vitamina i minerala, osobito vitamina D, željeza, cinka te vitamina B kompleksa (Vranešić Bender i sar., 2024). Studije o psihosocijalnoj kvaliteti života osoba na bezglutenskoj prehrani ukazuju uglavnom na nedovoljno kvalitetne mogućnosti, naročito u mlađem uzrastu, što ostavlja prostor za unaprijeđenje ponude bezglutenskim proizvodima, ali i podršku stručnjaka i sredine kako bi se unaprijedio kvalitet života osoba na bezglutenskoj dijeti (Mazzola i sar., 2024).

Istraživanja ukazuju kako oko 5% osoba oboljelih od celijakije ne reagira na bezglutensku prehranu, a u takvim slučajevima preporuča se ponavljanje pretraga kao i moguće uvođenje kortikosteroida i imunomodulatora u liječenje (Pelkowski & Viera, 2014). Nove studije ukazuju na razvoj terapije i mogućnosti učinkovitijeg načina liječenja u budućnosti.

MATERIJAL I METODE

Kako bi se ostvario cilj rada, planirana je kombinacija metoda i to metode istraživanja i terenskog rada te deskriptivne metode. Rad se temelji na prikazu prava, mogućnosti i kvalitete života osoba oboljelih od celijakije i usporedbi dostupnih bezglutenskih namirnica kroz:

- analizu literature i prava osoba oboljelih od celijakije na teret Zavoda zdravstvenog osiguranja HNK,
- istraživanje ponude bezglutenskih namirnica u četiri ugovorne apoteke u Mostaru, a kriterij za odabir navedenih apoteka je status ugovornih apoteka koje distribuiraju proizvode u skladu sa ZZO HNK,
- analizu i popis bezglutenskih namirnica na policama tri trgovačka lanca u Mostaru, a za izbor ovih trgovina preusudna je brojnost poslovnica na prostoru grada Mostara,
- istraživanje ponude bezglutenskih jela u jelovnicima deset ponudom istaknutijih restorana u Mostaru.

Istraživanje je provedeno od novembra 2025. godine do januara 2026. godine.

REZULTATI I DISKUSIJA

Istraživanje prava osoba oboljelih od celijakije u Hercegovačko-neretvanskom kantonu te ponude bezglutenskih namirnica na teret Zavoda zdravstvenog osiguranja HNK, zaključuje se konstatacijom kako pravo na bezglutenske namirnice imaju pacijenti oboljeli od celijakije (*K90.0 morbus coeliacus*) u vrijednosti od 200 KM mjesečno, ukoliko pripadaju dječjem uzrastu, kategoriji nazaposlenih osoba ili su u statusu umirovljenika. Zaposlene osobe oboljele od celijakije ne ostvaruju pravo na bezglutenske namirnice na teret Zavoda.

Kako bi pacijenti ostvarili ovo pravo, dužni su dostaviti potrebnu medicinsku dokumentaciju (nalaz specijaliste gastroenterohepatologa sa jasno naznačenom dijagnozom) i ispuniti Obrazac ZZO HNK. Djeca mlađa od 12 godina, oslobođena su endoskopskih pretraga. Njima se dopušta uspostaviti dijagnozu utemeljenu na serološkim nalazima. Rješenje o pravu na bezglutenske namirnice na teret Zavoda zdravstvenog osiguranja HNK, djeci i studentima izdaje se na 12 mjeseci, a nezaposlenim osobama i umirovljenicima u trajanju od 3 mjeseca. Važno je spomenuti kako je mjesečna vrijednost za bezglutenske namirnice na teret ZZO HNK do 2023. godine iznosila 80 KM, što se promijenilo sa osnivanjem i aktivnim djelovanjem članova *Udruge oboljelih od celijakije „Gluten free“ u HNŽ/K*. Ista Udruga, pokretanjem inicijative Gradu Mostaru u 2024. godini, ostvarila je sporazum da se djeci oboljeloj od celijakije, koja su korisnici usluga vrtića, umanju cijena boravka u vrtiću za 30% zbog hrane koju ne konzumiraju u vrtiću. Za ostvarenje ovog prava, roditelji/staratelji podnose zahtjev upravi vrtića.

Udruga oboljelih od celijakija „Gluten free“ u HNŽ/K neprofitna je i nevladina udruga osnovana u Mostaru 2023. godine. Cilj udruge je unaprijeđenje položaja i poboljšanje kvaliteta života osoba oboljelih od celijakije i njihovih obitelji. Udruga okuplja stručnjake iz različitih oblasti, a njihovim udruživanjem i uzajamnim djelovanjem napravljeni su značajni pomaci za položaj osoba oboljelih od celijakije u HNK/Ž. Udruga nudi mogućnost za tri vrste članstava i to: aktivno, podupiruće i počasno članstvo. Prema podacima Udruge dostupnim na web stranici, važno je istaknuti kako je Udruga tijekom dvije godine djelovanja: organizirala 25 radionica i seminara, realizirala 3 projekta te okupila tim od 22 stručna savjetnika (<https://glutenfree.ba/>).

Istraživanje ponude bezglutenskih namirnica na koje pacijenti polažu pravo, provedeno je u četiri mostarske ugovorne apoteke u decembru 2025. godine. Rezultati istraživanja ukazuju kako je A1¹ u Mostaru poslovnica koja već osam godina izdaje namirnice pacijentima uz predodžbu rješenja ZZO, a u ponudi su namirnice brendova: *Schär*, *Balviten*, *Aleksandrija* i *Podravka*. Izbor namirnica je jako raznovrstan, od brašna do gotovih tjestenina, pahuljica, slatkiša i peciva, čime se zadovoljavaju potrebe pacijenata različitih uzrasta.

A2 već godinu dana sudjeluje u distribuciji bezglutenskih namirnica, a u svojoj raznovrsnoj ponudi ima namirnice proizvođača: *Schär*, *Balviten*, *Aleksandrija* i *Molendini*. U apoteci ljubazno navode kako su u proteklom periodu osluškivali potrebe pacijenata i u skladu s njima vršili izbor namirnica i narudžbe te su odabrali navedene proizvođače kao standard u bezglutenskoj ponudi.

U A3 oko godinu dana distribuirala bezglutenske namirnice na teret ZZO HNK/Ž, a među njima pacijentima nude namirnice proizvođača *Schär* i *Aleksandrija*.

Sredinom 2025. godine A4 počinje distribuciju bezglutenskih namirnica brendova *Schär* i *Balviten*. Kako zbog kraćeg perioda distribucije, kao i manjeg broja poslovnica, uvođenje brendova odvija se postepeno. Pri tom, uposlenici navode kako ova apoteka ostavlja mogućnost narudžbe određenih namirnica u ranijem dogovoru sa pacijentima u

¹ A – oznaka za apoteku i broj u redoslijedu istraživanja. Nazivi apoteke i njihova lokacija dostupni su na zahtjev, dok je za provođenje istraživanja dobivena pismena/usmena saglasnost.

skladu sa njihovim potrebama što znatno smanjuje propadanje namirnica i omogućuje slobodu izbora. U periodu objave ovog rada, A4 obustavila je distribuciju bezglutenskih namirnica, a pacijente preusmjerila u A1.

Prema navodima Udruge oboljelih od celijakije „Gluten free“ u HNŽ/K, pored navedene četiri apoteke u Mostaru, na području HNK u distribuciji bezglutenskih namirnica na teret ZZO HNK/Ž sudjeluje još pet ugovornih apoteka i to u: Čapljini, Čitluku, Jablanici, Konjicu i Prozoru.

Bezglutenskim proizvodima, prema reuglativi EU (*Regulativa 828/2014*), smatraju se oni proizvodi u čijem se sastavu nalazi manje od 20 ppm glutena, odnosno 0,02 g glutena po 1 kg. Proizvodi „sa vrlo malo glutena“ moraju sadržavati manje od 100 ppm glutena, što je 0,1 g glutena na 1 kg. Oznakom precrtanog klasa, certificirane tvrtke upućuju na bezglutenski proizvod, što je općeprihvaćen znak za bezglutenske namirnice (<https://glutenfree.ba/>).

Istraživanje ponude bezglutenskih namirnica provedeno je u decembru 2025. godine u tri veća trgovačka lanca, koji imaju više poslovnica u Mostaru.

U mostarskim trgovinama, bezglutenske namirnice dio su ponude na izdvojenim policama, a njihova raznovrsnost ovisi od trgovine do trgovine. U ponudi prednjači T1¹, u čijim se trgovinama mogu pronaći različite prehrambene namirnice brendova: *Aleksandrija, Barilla, Celita, Cretamel, DM-Bio, Dolcela, Dr. Oetker, Econ, Frankonia, Nestlé, Sam Mills i Schär*.

Trgovački lanac T2, u mostarskim poslovnicama nudi bezglutenske namirnice proizvođača: *Aleksandrija, Caputo, Celpo, Dolcela, Frankonia, Benlian, Gabbiano, Granolio, Kandit, Molendini, Rice up, Sam Mills i Schär*.

Na policama trgovačkog lanca T3 u Mostaru, nude se bezglutenske namirnice proizvođača: *Aleksandrija, Balviten, Bauck Mühle, Dolcela, Dr. Oetker, Gabbiano, Glutenino, Molendini, Molisana, Nutrifit, Podravka, Sam Mills, Schär, Senza*.

Važno je istaknuti kako su u ispitivanim trgovinama, najviše zastupljeni proizvodi proizvođača *Schär*. Ponuda namirnica je raznolika, a primjetne su i razlike u cijenama proizvoda.

Istraživanje ponude bezglutenske hrane u jelovnicima mostarskih restorana provedeno je u novembru i decembru 2025. godine, a obuhvatilo je ponudu deset istaknutijih restorana u gradu. Rezultati istraživanja ukazuju kako se bezglutenski specijaliteti mogu pronaći u restoranima: R1² (bezglutenske torte), R2, R3, R6, R9 i R10. No, važno je znati kako su to glavnom kombinacije jela s roštilja, kuhanog ili grilanog povrća te riblji specijaliteti. Pri tome je neophodno obratiti pozornost na mogućnost kontaminacije namirnica glutenom zbog pripreme uz glutenska jela te provjeriti sa osobljem na koji se način jelo pripravlja, kako se u njemu ne bi našli tragovi glutena, koji bi mogli izazvati reakciju kod osobe oboljele od celijakije.

¹ T – oznaka za trgovinu i broj u redoslijedu istraživanja. Nazivi trgovina i lokacija poslovnice dostupni su na zahtjev, a za provođenje istraživanja dobivena je pismena saglasnost uprave ispitivanih trgovačkih lanaca.

² R – oznaka za restoran i broj restorana u redoslijedu istraživanja. Za svaki od restorana dobivena je usmena saglasnost za istraživanja, a na zahtjev je moguće dobiti naziv restorana i lokaciju.

Neophodno je, prije narudžbe, interesirati se o načinu pripreme jela (korištenje istog ulja za prženje hrane, dodatak brašna u svrhu povezivanja i zgušnjavanja i sl.) Često nedovoljna informiranost i nerazvijena svijest mogu glutenom i u tragovima kontaminirane namirnice držati za bezgluteski proizvod te nenamjerno izazvati teškoće kod oboljelih.

Takva činjenica kazuje kako osobe oboljele od celijakije nemaju mogućnost za redovnim i sigurnim obrocima u restoranima, te kako u našem društvu još uvijek nije osobito izražena svijest za njihovim prehrambenim potrebama, što nesumnjivo može utjecati na kvalitetu njihovog društvenog života i pripadnosti sredini u kojoj žive.

ISKUSTVO OSOBE OBOLJELE OD CELIJAKIJE

U svrhu istraživanja, proveden je intervju sa osobom oboljelom od celijakije, čija situacija ukazuje na pritajenost bolesti te na zanemarivanje simptoma od različitih stručnjaka prije konačne dijagnoze. Naša sugovornica (49), koja živi u živi Mostaru, zaposlena, visoko obrazovana osoba, dijeli sljedeće iskustvo.

„Od djetinjstva sam anemična, ali nikada nijedan pedijatar tu anemičnost nije povezivao sa celijakijom, a kasnije ni neki drugi specijalist u odraslom periodu života, iako su nalazi ukazivali na izraženu anemiju. Posljednjih 15 godina pratila me pojava učestalih dermatitisa, na koje bi uglavnom pozitivno djelovala primjena kortikosteroidnih krema, ali po prestanku korištenja kreme, dermatitisi bi se ponovno javljali. Ni tada, nitko nije pripisivao te promjene celijakiji. Unazad 5 godina, nakon konzumiranja peciva (koja bi se često našla na mom stolu) osjećala bih pojačanu nadutost, ali i to sam podnosila do trenutka kada su se počele javljati izuzetne nadutosti koje nisam mogla kontrolirati. Budući da sam uposlena u bolnici, konsultirala sam se sa kolegom koji je gastroenterolog. On je odmah predložio biopsiju tankog crijeva, a rezultati su potvrdili celijakiju. Prema simptomima koji su mi se javljali od djetinjstva i postupno se pridruživali drugima, može se zaključiti kako sam celijakiju imala cijeli život. Kasnije sam, boreći se sa izazovima koje nosi celijakija i promjenama koje sam uvela u svoju svakodnevicu, imala učestale proljeve, umor i anemičnost, što sam povezivala sa dijagnosticiranom bolešću, no uz nju se pojavio karcinom s kojim se borim sada. Posve sam promijenila prehranu, konzumiram samo bezglutensku hranu koju sama pripremam i nemam više izražene simptome koje sam imala do početka liječenja celijakije“ zaključuje naša sagovornica.

ZAKLJUČAK

Budući da je celijakija vrlo učestala bolest gastrointestinalnog trakta, koja se nerijetko ne dijagnosticira pravovremeno, važno je što detaljnije poznavati simptome bolesti i raditi na podizanju svijesti o izazovima osoba oboljelih od celijakije. Kako se gluten, kao skladišni protein nalazi u žitaricama, koje su sastavni dio prehrambenih namirnica, a bolest se liječi strogo bezglutenskom ishranom, značajno je bilo istražiti koja prava

i mogućnosti imaju osobe oboljele od celijakije u Hercegovačko-neretvanskom kantonu/županiji.

Iz istraživanja je važno istaknuti kako pravo na bezglutenske namirnice imaju pacijenti oboljeli od celijakije (K90.0 *morbus coeliacus*) u vrijednosti od 200 KM mjesečno, ukoliko pripadaju dječjem uzrastu, kategoriji nazaposlenih osoba ili su u statusu umirovljenika, dok zaposlene osobe oboljele od celijakije ne polažu pravo na bezglutenske namirnice na teret ZZO HNK.

Na području grada Mostara u distribuciji bezglutenskih namirnica na teret ZZO HNK sudjeluju četiri ugovorne apoteke, a na području HNK još pet apoteka u drugim mjestima (Čapljina, Čitluk, Jablanica, Prozor, Konjic).

Trgovine nude raznoliku ponudu bezglutenskih namirnica. U usporedbi cijena, primjetna je razlika za iste ili slične proizvode u različitim trgovinama. Restorani u Mostaru ne nude zadovoljavajuću ponudu u svojim jelovnicima što, nesumnjivo otežava društveni život osoba oboljelih od celijakije, naročito mladih koji su društveno aktivni te putuju i rade. I za jela, koje se u jelovnicima naznačuju kao bezglutenska, preporuča se prije narudžbe, provjeriti s osobljem pripremaju li se u kontroliranim uvjetima i postoji li mogućnost kontaminacije glutenom od pripreme drugih jela.

Izniman doprinos u poboljšanju kvalitete života osobama oboljelim od celijakije daje Udruga oboljelih od celijakije „Gluten free“ u HNŽ/K, kroz različite aktivnosti i inicijative gradskim strukturama, što se primjećuje u unaprijeđenju kvaliteta života osoba oboljelih od celijakije tijekom posljednje dvije godine otkako je Udruga osnovana.

LITERATURA

- Barbarić, I. (2009). Dijagnostički testovi za celijakiju, *Medicina*, 45(1):44–48.
- Caio, G., Volta, U., Sapone, A., Leffler A. D., De Giorgio, R., Catassi, C., Fasano, A. (2019). Celiac disease: a comprehensive current review, *BMC Medicine*, 17(142) DOI: <https://doi.org/10.1186/s12916-019-1380-z>
- Husby, S., Choung, R.S., Crawley, C., Lillevang, T. S., Murray, A.J. (2024). Laboratory Testing for Celiac Disease: Clinical and Methodological Considerations, *Clinical Chemistry*, 70(10): 1208–1219, DOI: <https://doi.org/10.1093/clinchem/hvae098>
- Kaswala, HD., Veeraraghavan, G., Kelly, PC., Leffler, AD. (2015). Celiac disease: diagnostic standards and dilemmas, *Diseases*, 3(2):86–101. DOI: 10.3390/diseases3020086
- Loftus, CG., Murray, JA. (2003). Celiac disease: diagnosis and management, *Hosp Physician*, 9:1582–1592.
- Mazzola, A.M., Zammarchi, I., Valerii, C.M., Spisni, E., Saracini, I.M., Lanzarotto, F., Ricci, C. (2024). Gluten-Free Diet and Other Celiac Disease Therapies: Current Understanding and Emerging Strategies, *Nutrients*, 16(7) DOI: <https://doi.org/10.3390/nu16071006>

- Mišak, Z., Hojsak, I., Despot, R., Jadrešin, O., Kolaček, S., Konjik, V. (2022). Celijakija – nove smjernice, što je zaista novo? – dijagnostički postupnik Hrvatskog društva za pedijatrijsku gastroenterologiju, hepatologiju i prehranu Hrvatskog liječničkog zbora, *Liječnički Vjesnik*, 144:43–49. DOI: 10.26800/LV-144-supl1-8
- Pelkowski, DT., Viera, JA. (2014). Celiac disease: diagnosis and management, *Fam Physician*, 89(2):99–105.
- Votava-Raić, A., Tješić-Drinković, D., Omerza, L. (2006). Celijakija, *Pedijatrija danas*, 2(2):133–153.
- Vranešić Bender, D., Čuković Čavka, S., Knežević Štomar, I. (2004). Priručnik za dijagnostiku, terapiju i praćenje bolesnika s celijakijom, Hrvatsko društvo za kliničku prehranu, Hrvatski liječnički zbor, Zagreb.
- Zovko Dodig, D. (2007). Celijakija – bezglutenska prehrana, Udruženje oboljelih od celijakije, Mostar.
- Internet izvor: <https://glutenfree.ba/> 12. 12. 2025. 15:30

CELIAC DISEASE – A CHALLENGE FOR PEOPLE AFFECTED IN THE HERZEGOVINA-NERETVA CANTON

Abstract

Celiac disease is a chronic disorder of the digestive system caused by the intake of gluten in genetically predisposed individuals. It is characterized by a high prevalence and often delayed diagnosis due to nonspecific symptoms, such as chronic diarrhea, vomiting, loss of appetite, fatigue, and anemia, which are frequently pushed aside, or misattributed to other conditions. The disease often occurs in association with other autoimmune diseases.

Having in mind a complex administrative structure of Bosnia and Herzegovina, there are also significant differences in the healthcare system among cantons, which ultimately affects the position of patients, as well as the availability of adequate healthcare.

The aim of this paper is to present celiac disease through the perspective of the condition itself, as well as the challenges and opportunities faced by patients in the Herzegovina-Neretva Canton. The paper contains a theoretical overview of the disease, an analysis of the availability of gluten-free products, the offer within the hospitality sector, patients' healthcare rights, and finally, a presentation of the experience of a person living with celiac disease.

The right to gluten-free foods in Herzegovina-Neretva Canton is granted to patients suffering from celiac disease (K90.0 morbus coeliacus) in the amount of 200 BAM per month, if they belong to the pediatric age group, if they are unemployed, or retired. At the same time, patients suffering from celiac disease who are employed are not entitled to gluten-free foods at the expense of the Health Insurance Institute of Herzegovina-Neretva Canton (ZZO HNK).

In the city of Mostar, four contracted pharmacies participate in the distribution of gluten-free food supplies covered by the Health Insurance Fund of the Herzegovina-Neretva Canton, while in the other parts of the Herzegovina-Neretva Canton there are another five pharmacies which are involved in distribution (territories of Čapljina, Čitluk, Jablanica, Prozor, and Konjic).

The analysis of the three retail chains with the largest number of stores demonstrated that these retailers provide a diverse range of gluten-free food products.

Restaurants in Mostar do not offer a satisfactory selection on their menus, which undoubtedly makes the social life of individuals with celiac disease more difficult, especially younger, socially active individuals who travel and work. Even dishes labeled as gluten-free on their menus are recommended to be checked with staff before ordering if they are being prepared under controlled conditions, and whether there is a possibility of gluten contamination from the preparation of other meals. A significant contribution to improving the quality of life of people with celiac disease is provided by the Association of People with Celiac Disease “Gluten free” in the Herzegovina-Neretva Canton, through various activities and initiatives addressed to city authorities, which has resulted in noticeable improvements in the quality of life of people with celiac disease over the past two years since the association was founded.

Keywords: *Celiac disease, Gluten-free diet, Healthcare system, Patient experience, Herzegovina-Neretva Canton*