

# FAQs GluteoStop®

---

## Wie kann ich feststellen, ob ich eine Glutensensitivität habe?

Bislang kann eine Glutensensitivität nicht über Marker oder Blutwerte nachgewiesen werden. Das Fehlen eines verlässlichen Biomarkers, das heisst eines messbaren Indikators, für eine Glutensensitivität sowie die unspezifischen Symptome lassen die Diagnose nur per Ausschlussverfahren zu. Besonders Zöliakie und Weizenallergie müssen vorab klar ausgeschlossen werden. Ist dies der Fall, wird die glutenfreie Ernährung ausgetestet. Verbessern sich die Beschwerden deutlich und verschlechtern sie sich erneut, sobald wieder Gluten aufgenommen wird, ist die Diagnose der Gluten-/Weizensensitivität bestätigt.

## Wieso vertrage ich kein Gluten?

Die Ursachen, warum eine Glutenunverträglichkeit vorliegt können sehr unterschiedlich sein. Wenn eine Zöliakie und Weizenallergie vorab klar ausgeschlossen wurde, kann die Ursache eine sogenannte Nicht-Zöliakie-Nicht-Weizenallergie-Glutensensitivität sein. Gluten ist ein Protein mit einer ungewöhnlich hohen Menge der Aminosäure Prolin und wird dadurch schwer verdaulich. Es kann im Magen-Darmtrakt nicht vollständig aufgespalten werden, da im menschlichen Darm die notwendigen Verdauungsenzyme, die sogenannten Prolylloligopeptidasen bzw. Prolylendopeptidasen (PEP), nicht ausreichend vorhanden sind.

## Ist eine Glutensensitivität eine Krankheit?

Die Glutensensitivität wird heute im Gegensatz zur Zöliakie oder auch Laktose Intoleranz nicht als Krankheit im ICD-Verzeichnis der WHO aufgeführt (<http://www.who.int/classifications/icd/en/>) und ist daher nicht als Krankheit einzustufen.

## Handelt es sich um eine allergische Reaktion?

Glutensensitivität und Weizenallergie – ähneln sich in der Symptomatik und können daher leicht verwechselt werden. Doch es gibt Unterschiede, z. B. hinsichtlich der Reaktionszeiten und der Pathogenese. Weizenallergie ist eine IgE-vermittelte Reaktion des Immunsystems auf Weizenbestandteile, die in der Regel eine sofortige Reaktion innerhalb weniger Minuten bis Stunden auslöst. Seltener kommt es zu Spätreaktionen. Auch wenn Personen mit einer Glutensensitivität nach dem Verzehr glutenhaltiger Speisen ähnliche Symptome entwickeln, sind die Folgen in der Regel weniger schwer.

## Schadet das Enzym (Prolylloligopeptidase) meinem Körper?

Das Enzym wurde von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) intensiv untersucht und für sicher bewertet. Daraufhin wurde das Enzym als sogenanntes «Novel Food» EU-weit zugelassen. Wichtig ist, dass man sich an die vorgegebene Verzehrempfehlung hält.

## Sollte ich glutenhaltige Lebensmittel meiden?

Wer unter einer Glutenunverträglichkeit leidet sollte unbedingt glutenhaltige Lebensmittel meiden und eine strikte glutenfreie Ernährung verfolgen. Leider ist das heute immer noch die einzige Möglichkeit bei einer Intoleranz. Die Forschung arbeitet aber fieberhaft nach neuartigen Therapieformen.

## Was bedeutet PPI-Einheiten?

PPI steht für «Protease Picomole International». Der PPI-Wert gibt die Enzymaktivität an.

### **Wirkt jede Peptidase gleich?**

Peptidase ist ein Sammelbegriff für Enzyme, die Peptide (kleine Proteine) spalten können. Allerdings ist jede Peptidase spezifisch, spaltet unterschiedliche Peptide und funktioniert unter unterschiedlichen Bedingungen. Das in GluteoStop® verwendete Enzym ist eine sogenannte Prolylendopeptidase und ist ein für die Aminosäure Prolin spezifisches Enzym. Dieses spezielle Enzym wurde so entwickelt, dass es unter den sauren Bedingungen unseres Magens seine optimale Wirkung erzielt. Dieses in GluteoStop® verwendete Enzym ist das erste Protease Enzym, welches sich in klinischen Humanstudien bewährt hat, wo gezeigt werden konnte, dass ein Grossteil des Glutens innerhalb kurzer Zeit bereits im Magen abgebaut wurde.

### **Wie kann ich erkennen, ob Gluten in Lebensmitteln enthalten ist?**

Seit November 2005 müssen 14 Allergene in Lebensmitteln, unter anderem «glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse», auf der Verpackung angegeben werden, wenn sie als Zutat im Produkt enthalten sind, unabhängig von der darin enthaltenen Form oder Menge. Auch bei unverpackter Ware ist inzwischen eine Information über Allergene verpflichtend. Die Art der Information kann schriftlich, elektronisch oder mündlich erfolgen.

Spezielle «glutenfreie» Produkte sind durch das Symbol der «durchgestrichenen Ähre» gekennzeichnet, das von den Zöliakiegesellschaften vergeben wird. Dies ist jedoch eine freiwillige Angabe und stellt keine Garantie für die Glutenfreiheit eines Produktes dar. Als glutenfrei gelten Lebensmittel, die einen Glutengehalt von höchstens 20 mg/kg (= 20 ppm) aufweisen.

Verboten sind alle Lebensmittel, die Weizen, Dinkel (Spelt), Kamut, Triticale, Gerste und Roggen enthalten. Hafer ist ebenso zu vermeiden, da er häufig mit Gluten kontaminiert ist. Riskant sind jene Lebensmittel, die Gluten oder Weizen als Zutat oder Zusatzstoff enthalten können. Zum Beispiel Fertiggerichte, Würste, Sojasaucen, Eis. Bei diesen Lebensmitteln ist es besonders wichtig die Zutatenangaben auf den Verpackungen genau zu lesen. Riskant sind auch jene Lebensmittel die möglicherweise während der Herstellung mit Gluten kontaminiert worden sind.

### **Woher weiss ich welche Dosierung die richtige ist?**

Die Einnahmeempfehlung ist 1-2 Tabletten pro Mahlzeit. Wenn man eine proteinreiche Mahlzeit oder vermehrt Milchprodukte mit auf dem Speiseplan hat, sollte man die Anzahl der Tabletten erhöhen. Dabei sollte die maximale Einnahmeempfehlung von 6 Tabletten am Tag nicht überschritten werden. Die Toleranzschwelle ist bei Personen mit einer Nicht-Zöliakie-Nicht-Weizenallergie-Glutensensitivität sehr unterschiedlich, d.h. die Zufuhr an Gluten bzw. die Dosierung von GluteoStop® muss individuell ausgetestet und entsprechend angepasst werden.

### **Wie viele Kalorien sind in einer Tablette?**

Eine Tablette hat 0.263 kcal

- Brennwert pro Tablette: 1.110 kJ/0.263kcal
- Brennwert pro 100g: 1585 kJ/375 kcal

### **Wie viel Gluten kann mit einer Tablette gespalten werden?**

Leider kann man hier keine einzelne Zahl angeben, da die Aktivität des Enzyms Gluten zu spalten stark abhängig von den weiteren Nahrungsmittelbestandteilen ist. Die Einnahmeempfehlung und Enzymmenge pro Tablette wurde anhand der Ergebnisse verschiedener klinischer Studien gewählt. Die Literatur beschreibt die durchschnittliche, unbeabsichtigte Aufnahme an «verstecktem» Gluten bei einer glutenfreien Lebensweise von 150 - 500mg am Tag. In der jüngsten klinischen Humanstudie wurde Probanden entsprechend einer standardisierten Kost 500mg Gluten beigefügt und es konnte gezeigt werden, dass durch die Gabe von 83'300 PPI Enzym ca. 90% des zugesetzten Glutens abgebaut werden konnten.

### **Gibt es klinische Studien welche die Wirksamkeit belegen?**

Es gibt zahlreiche klinische Studien, die zeigen, dass Gluten durch die eingesetzte Prolylloligopeptidase abgebaut werden kann. Das in GluteoStop® eingesetzte Enzym ist das erste kommerziell erhältliche Protease Enzym, das sich sowohl in in-vitro Studien als auch in klinischen Humanstudien bewährte. Wissenschaftler der Universität Maastricht zeigten in einer randomisierten, placebo-kontrollierten Studie, dass dieses Enzym beim Abbau von Gluten sehr wirksam war und ein Grossteil des Glutens innerhalb kurzer Zeit bereits im Magen abgebaut wurde.

Fachkreise versorgen wir gern mit den entsprechenden Informationen. Eine Abgabe von Studien an Verwender ohne wissenschaftlich-medizinische Ausbildung ist uns gesetzlich leider nicht gestattet.

### **Kann ich GluteoStop® jeden Tag nehmen?**

Ja. Als Nahrungsergänzungsmittel ist GluteoStop® dazu bestimmt, jeden Tag eingenommen zu werden.

### **Wie viele Tabletten darf ich an einem Tag nehmen?**

Die Verzehrempfehlung ist ein bis zwei Tabletten pro Mahlzeit, so dass die tägliche Einnahmeempfehlung bei sechs Tabletten am Tag liegt.

### **Kann ich GluteoStop® auch während der Schwangerschaft bzw. Stillzeit einnehmen?**

Alle Inhaltsstoffe in GluteoStop® sind für Lebensmittel und zur Ergänzung der Nahrung zugelassen. Zu den einzelnen Inhaltsstoffen sind keine Hinweise bekannt, dass sie während der Schwangerschaft und Stillzeit nicht eingenommen werden dürfen.

Aus diesem Grund sprechen keine uns bekannten Daten dagegen, GluteoStop® auch während der Schwangerschaft und Stillzeit einzunehmen. Da allerdings keine direkten produktspezifischen Untersuchungen zur Einnahme von GluteoStop® während der Schwangerschaft und Stillzeit selbst vorliegen, bitten wir Sie, die Anwendung mit Ihrem Apotheker oder behandelnden Arzt zu besprechen.

### **Dürfen Kinder GluteoStop® einnehmen?**

GluteoStop® ist nur für Erwachsene vorgesehen, da nur mit Erwachsenen Studien durchgeführt wurden.

### **Enthält GluteoStop® Lactose und/oder Fructose?**

GluteoStop® enthält weder Lactose noch Fructose und ist überdies frei von Farbstoffen, Konservierungsstoffen, Aromastoffen, Süsstoffen, Palmöl, Magnesiumstearat, tierischen Bestandteilen und gentechnisch veränderten Organismen.

### **Ist GluteoStop® vegan?**

GluteoStop® ist frei von tierischen Bestandteilen und daher für eine vegane Lebensweise geeignet.

### **Kann ich GluteoStop® bei Diabetes einnehmen?**

GluteoStop® kann auch von Diabetikern eingenommen werden.

### **Sind in GluteoStop® Süßungsmittel oder Zucker enthalten?**

GluteoStop® ist frei von Süßungsmittel oder Zucker.

### Was ist GluteoStop®?

GluteoStop® ist ein Nahrungsergänzungsmittel und ausschliesslich dazu bestimmt, den Abbau von Gluten in einer glutenarmen Ernährung funktionell zu unterstützen. GluteoStop® kann keine glutenfreie Ernährung ersetzen und ist nicht zur Behandlung oder Vorbeugung einer Zöliakie, Weizenallergie oder Glutensensitivität vorgesehen. GluteoStop® enthält ein spezielles Enzym, die Prolylloligopeptidase, welche die Aminosäureketten (Peptide) im Gluten spaltet. Auf diese Weise kann Gluten abgebaut werden. GluteoStop® ist also für alle ideal, die sich glutenfrei ernähren und verhindern wollen, dass Glutenspuren oder «verstecktes Gluten» in Nahrungsmitteln aufgenommen werden.

### Woraus wird GluteoStop® gewonnen?

Das in GluteoStop® enthaltene Enzym wird in einem Fermentationsprozesses mit Hilfe des Mikroorganismus *Aspergillus Niger* gewonnen. Der Mikroorganismus wird bereits seit 1919 zur Herstellung von Zitronensäure verwendet. Seit den 1960er Jahren wird er industriell für die Gewinnung von Enzymen verwendet. Anschliessend wird das Enzym sehr aufwendig aufgereinigt und schliesslich zu einem Pulver granuliert.

### Was sind die Vorteile von GluteoStop®?

- Praktisch für unterwegs im handlichen Klickspender
- Mini-Tabletten, auch ohne Flüssigkeit leicht schluckbar
- Diskrete Anwendung z.B. im Restaurant, in der Kantine, auf Reisen und bei Freunden
- **Ohne:** Zucker, Lactose, Fructose, Gluten, Süssungsmittel, Farbstoffe, Aromen, Konservierungsstoffe, Magnesiumstearat
- Wirksamkeit in klinischen Studien belegt
- Hergestellt in Deutschland
- Vegan

### Wie unterscheidet sich GluteoStop® von anderen Enzym-Produkten?

Es gibt zahlreiche Enzymprodukte auf dem Markt. GluteoStop® zählt zu den Peptidasen. Peptidase ist ein Sammelbegriff für Enzyme, die Aminosäuren spalten können. Allerdings ist jede Peptidase spezifisch, spaltet unterschiedliche Peptide und funktioniert unter unterschiedlichen Bedingungen. Das in GluteoStop® verwendete Enzym ist eine sogenannte Prolylendopeptidase und ist ein für die Aminosäure Prolin spezifisches Enzym. Dieses spezielle Enzym wurde so entwickelt, dass es unter den sauren Bedingungen unseres Magens seine optimale Wirkung erzielt. Dieses in GluteoStop® verwendete Enzym ist das erste Protease Enzym, welches sich in klinischen Humanstudien bewährt hat, wo gezeigt werden konnte, dass ein Grossteil des Glutens innerhalb kurzer Zeit bereits im Magen abgebaut wurde. Bei einem Vergleich unterschiedlicher Peptidasen konnte gezeigt werden, dass die in GluteoStop® verwendete Prolylloligopeptidase deutlich effizienter Gluten spalten können als andere Peptidasen (z.B. DPP-IV Dipeptidylpeptidase).

### Kann ich GluteoStop® nehmen, auch wenn ich andere Nahrungsergänzungsmittel benutze?

GluteoStop® ist ohne weiteres mit anderen Nahrungsergänzungsmitteln anwendbar. Es sollte aber auf die Einnahmeempfehlung der Produkte geachtet werden.

### Wie lagere ich GluteoStop® am Besten?

GluteoStop® sollte kühl, trocken und vor Licht geschützt gelagert werden. Darüber hinaus sollte es ausser der Reichweite von kleinen Kindern gelagert werden.

### **Gibt es Wechselwirkungen mit Medikamenten?**

Es sind keine Wechselwirkungen mit Medikamenten bekannt. Bei regelmässiger Einnahme von Medikamenten sollten Sie sich vor der ersten Anwendung mit Ihrem behandelnden Arzt abstimmen.

### **Kann ich GluteoStop® auch noch nehmen, wenn das MHD überschritten ist?**

Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Verfallsdatum. Dennoch würden wir Ihnen empfehlen das Produkt durch ein Produkt vor Auslauf des MHDs auszutauschen, da nur dann die angegebene Enzymaktivität sichergestellt ist.

### **Wo wird GluteoStop® hergestellt?**

GluteoStop® wird in Deutschland hergestellt und das in GluteoStop® verwendete Enzym in Frankreich.

### **Enthält GluteoStop® Konservierungsstoffe? Magnesium Stearate? Palmöl?**

GluteoStop® enthält keine Konservierungsstoffe und ist überdies frei von Magnesium Stearat, Palmöl, Lactose, Fructose, Farbstoffen, Aromastoffen, Süsstoffen, tierischen Bestandteilen und gentechnisch veränderten Organismen.

### **Wo kann ich GluteoStop® kaufen?**

GluteoStop® gibt es in jeder Apotheke und Drogerie - eventuell nicht vorrätig aber zum Bestellen  
Erhältliche Packungsgrößen:

- 90 Mini-Tabletten = 6,3 g (PC: 734 71 49)
- 12 Monate Vorratspackung: 12 x 90 Mini-Tabletten = 75,6 g (PC: 741 95 41)

### **Gibt es GluteoStop® auch auf Rezept?**

Da GluteoStop® ein Nahrungsergänzungsmittel ist, wird es von den gesetzlichen Krankenkassen in der Regel nicht erstattet.

### **Warum ist GluteoStop® so teuer?**

Die ineo Pharma GmbH investiert für sein Produkt GluteoStop® in die Qualität der Rohstoffe, produziert nach dem höchsten Qualitätsstandard für Lebensmittel in Europa und ausschliesslich in Deutschland. Wir lassen unsere Qualitätssicherung freiwillig regelmässig auditieren. Wir können jede einzelne unserer Packungen zurückverfolgen. Darüber hinaus investieren wir in Fachkompetenz, Wissenschaft und besonderen Service. Unser Team aus Natur- und Ernährungswissenschaftlern beantwortet persönlich und kompetent jede Frage von Ärzten, Apothekern und Verwendern.

### **Wie lange kann ich ein angefangenes Produkt verwenden?**

Bei sachgemässer Lagerung kann GluteoStop® bis zum Ende des Mindesthaltbarkeitsdatums verwendet werden.

### **Wie hoch ist die maximale erlaubte Dosis an GluteoStop®?**

Die Einnahmeempfehlung für GluteoStop® ist ein bis zwei Tabletten pro Mahlzeit, so dass die tägliche Einnahmeempfehlung bei sechs Tabletten am Tag liegt. Die empfohlene tägliche Einnahmeempfehlung darf nicht überschritten werden. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat bei der Sicherheitsbewertung eine Tagesdosis bis 2.7g Propyloligopeptidase als sicher eingestuft. Dies würde 45 Tabletten GluteoStop® entsprechen.

### **Kann die Aktivität von GluteoStop® noch erhöht werden?**

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass die Aktivität des Enzyms in GluteoStop® noch verstärkt werden kann, wenn die Tabletten mit kohlesäurehaltigem Mineralwasser eingenommen werden. Getränke mit einem niedrigen pH-Wert wie z.B. Mineralwasser, gesüsste Säfte, Cola, etc., führen dazu, dass der Nahrungsmittelbrei im Magen schneller einen pH-Wert um 4.5 erreicht bei dem das Enzym seine höchste Aktivität zeigt.

### **Was kann die Aktivität von GluteoStop® negativ beeinflussen?**

Das in GluteoStop® verwendete Enzym ist eine sogenannte Protease. Das bedeutet, dass es Proteine oder Peptide spalten kann. Der Verzehr von grossen Mengen Milchprodukten (Milcheiweiss) kann dazu führen, dass die Aktivität von GluteoStop® Gluten zu spalten reduziert wird. Milcheiweiss enthält wie Gluten eine überdurchschnittlich grosse Menge der Aminosäure Prolin, so dass auch Milcheiweiss durch unser Enzym gespalten wird. Daher sollte man bei einer Mahlzeit, die reich an Milcheiweiss ist, die Dosis an GluteoStop® erhöhen. Daher sollte man vermeiden ein Glas Milch direkt zur Einnahme von GluteoStop® zu trinken und stattdessen bevorzugt ein saures Getränk zu sich nehmen.

### **Kann mir GluteoStop® helfen, auch wenn ich mich bereits glutenfrei ernähre?**

GluteoStop® kann keine glutenfreie Ernährung ersetzen, sondern ist ein zusätzliches Hilfsmittel, um kleine Mengen an unbeabsichtigt aufgenommenen Gluten in einer vermeintlich glutenfreien Ernährung zu reduzieren. Jüngste wissenschaftliche Studien aus 2018 (Am J Clin Nutr. 2018 Feb 1;107(2):201-207) haben gezeigt, dass selbst Zöliakiepatienten, die eine strikte glutenfreie Ernährung verfolgen müssen, im Durchschnitt 150-400mg Gluten am Tag unbeabsichtigt aufnehmen. Dies führt bei vielen Betroffenen zu den typischen Krankheitssymptomen und dazu, dass sich deren Darmschleimhaut nicht regenerieren kann.

### **Können auch Zöliakie-Betroffene GluteoStop® verwenden?**

GluteoStop® ist glutenfrei und kann grundsätzlich auch von Zöliakie-Betroffenen verwendet werden. Für Zöliakie-Betroffene stellt GluteoStop® ein sinnvolles, zusätzliches Hilfsmittel dar, um die tägliche, unbeabsichtigte Glutenaufnahme in einer strikten glutenfreien Diät weiter zu reduzieren. Vorausgesetzt ist die richtige Anwendung von GluteoStop®. Viel Studien zeigen auf, dass Zöliakiepatienten trotz einer strikten glutenfreien Ernährung, unbeabsichtigt Gluten aufnehmen (im Durchschnitt 150-400mg am Tag). Dies führt bei vielen Betroffenen zu Beschwerden. Auch die Deutsche Zöliakie Gesellschaft berichtet auf ihrer Homepage von der Enzymtherapie mit Propylpeptidasen (PEPs) als eine der Therapieansatzmöglichkeiten der Zukunft. (<https://www.dzg-online.de/medikamentoese-ansaeetze.352.0.html>)

**WICHTIG: GluteoStop® kann keine glutenfreie Ernährung ersetzen und ist nicht zur Behandlung oder Vorbeugung einer Zöliakie vorgesehen. GluteoStop® ist ein Nahrungsergänzungsmittel und ausschliesslich dazu bestimmt, den Abbau von Gluten in einer glutenarmen Ernährung funktionell zu unterstützen.**