

# NAHRUNGSMITTEL ALLERGIEN

## Epidemiologie

- 10-20% der Bevölkerung gibt an auf NM allergisch zu sein
- Nur ca. 1,5% tatsächlich nachweisbare Allergie
- Grosse Diskrepanz zwischen subjektivem Empfinden und tatsächlicher Allergie

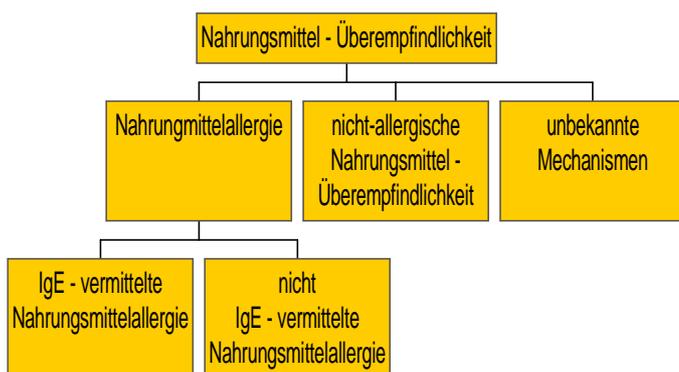
## Nahrungsmittelallergien in der Kindheit

- relativ häufig (6-8%)
- Vorwiegend Kuhmilch, Hühnerei, Erdnuss, Weizen, Soja, Fisch, Nüsse
- Hinweis für atopische Veranlagung
- Viele dieser Kinder entwickeln später Asthma / Heuschnupfen

## Nahrungsmittelallergien bei Erwachsenen

- Selten
- Meist über Kreuzreaktionen
- Häufige Allergene: Apfel, Baumnüsse, Sellerie, Karotte
- Besonders gefährlich: Erdnuss, Fisch

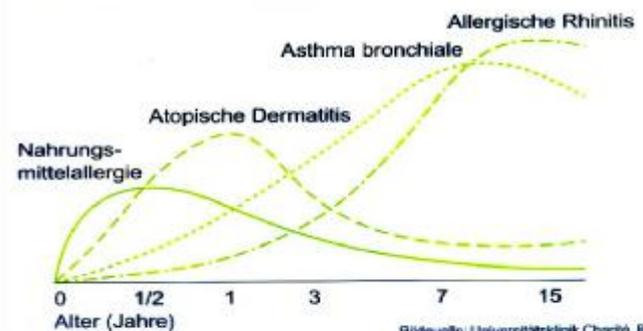
## Einteilungen



## Definition der Allergie

- Das Immunsystem erkennt einen Stoff als fremd, z.B. aus der Erdnuss, und reagiert mit einer übertriebenen Abwehrreaktion.

## Allergische Erkrankungen im Zeitverlauf



## Kreuzreaktionen

- Immunsystem reagiert auf die selben oder ähnliche Allergene in der Nahrung, die anfangs nur als Inhalationsallergen bekannt waren.
- Beispiel: Birkepollen -> Apfel
- Ca. 20-70% der Pollenallergiker

## Typische Kreuzallergien

### Baumpollen:

- Kernobst, Steinobst, Nüsse, Erdnuss, Sellerie, Karotte, Kartoffel

### Beifuss

- Sellerie, Kamille, Karotte, Paprika, Gurke, Melone, diverse Gewürze, pflanzliche Heilmittel

### Hausstaubmilben

- Meeresfrüchte
- Tropomyosin

### Ficus / Latex

- Banane, Kiwi, Mango, Maroni / Vermicelle, Avocado

### Erdnuss

- Eine Hülsenfrucht (Leguminose)
- zunehmend häufig in Ländern mit hohem Erdnusskonsum
- Oft hohe Sensibilisierung, bedeutendste lebensbedrohende Allergie
- Oft verstecktes Allergen

## Klinik der NM – Allergien

### Anaphylaktische Reaktionen

- potentiell lebensbedrohlich
- rasche Reaktion nötig
- Problem mit verschleppten Allergenen (z.B. Fisch)
- food dependent exercise induced anaphylaxie
- oft multifaktoriell

### gastrointestinale Symptome

- orales Allergiesyndrom, Kratzen im Hals, Heiserkeit, Schluckbeschwerden, Atemnot, „Reizdarm“,
- gelegentlich Latenz von 4-6 Stunden

### dermatologische Symptome

- die häufigsten Manifestationen 40-60%
- Juckreiz, Rötungen, Urtikaria, Angioödem
- Kontakturtikaria (Fisch, Fleisch...)

### respiratorische Symptome

- Larynxödem
- akute Asthmaanfälle
- auch Inhalation von NM-Allergenen z.B. Bäckerasthma
- Rhinokonjunktivitis beim Rüsten von Kartoffeln und Karotten bei Birkenpollenallergie

### pseudoallergische Reaktionen

- imitieren allergische Reaktionen
- kein immunologischer Mechanismus
- keine Hautteste oder IgE-Bestimmungen möglich
- nur Provokationstestung
- rein symptomatische Therapie

### Zusatzstoffe

- NM-Farbstoffe
- Benzoate
- Sulfite
- Glutamat

### Prostaglandinsynthesehemmer

- ASS, Voltaren, Postan, etc.

## Pharmakologische Effekte von NM

### biogene Amine

- Käse, Spinat, Rotweine, Fisch, Schokolade

## Diagnostik

- oft sehr schwierig
- Anamnese
- Hautteste
- in vitro Diagnostik
- orale Provokation (doppelblind, placebokontrolliert)
- Eliminationsdiät mit Reexposition
- Achtung: teilweise sehr gefährlich!

## Therapie

### Spontanverlauf

- bei Kindern oft positiv (Milch, Ei)
- Erdnuss bleibt meist lebenslänglich

### Elimination

- Elimination kann Sensibilisierung zum Verschwinden bringen
- Schwere der Symptomatik ist Mass für die Strenge der Diät
- CAVE: keine unnötigen Diäten!

### Pharmakotherapie

#### Notfallset:

- bisher: 2 Tbl. Zyrtec 10mg
- neu: 2 Tbl. Xyzal 5mg
- 2 Tbl. Prednison 50mg
- ev. Adrenalinautoinjektor (z.B. Epipen 0,3mg Adrenalin)

## Prävention

### Risiko - Säuglinge

- 4-6 Monate stillen (wenn möglich)
- als Ersatz Milchhydrolysate
- im 1. Lebensjahr keine Kuhmilch, Hühnerei, Erdnuss, Nüsse
- „smoke off“

### Berufsberatung:

- Gräserallergie -> nicht Bäcker
- Birkenpollenallergie -> nicht Koch
- Beifusspollenallergie -> nicht Floristin

### Verbraucherinformation

### Allergiepass nach fachärztlicher Abklärung