

HINTERGRÜNDE NAHRUNGSALLERGIEN



Eine Initiative der
clevn stiftung



Das Projekt fit-4-future der Clevn-Stiftung
wird von folgenden wissenschaftlichen
Partnern begleitet:

HINTERGRÜNDE NAHRUNGALLERGIEN

NAHRUNGSMITTELALLERGIE

Eine Nahrungsmittelallergie beruht auf einer immunologisch bedingten Abwehrreaktion des Körpers gegenüber an sich harmlosen pflanzlichen und tierischen Eiweissen. Ein allergisch veranlagter Mensch bildet nach dem Erst- oder auch nach einem späteren Kontakt mit dem spezifischen Allergen sogenannte IgE-Antikörper. Die IgE-Antikörper lösen bei jedem weiteren Kontakt – oft schon bei kleinsten Mengen des entsprechenden Nahrungsmittels – eine allergische Reaktion aus. Eine häufige und zugleich harmlose Reaktion ist das orale Allergiesyndrom: Der Patient verspürt Juckreiz an Lippen und im Hals oder ein pelziges Gefühl in Mund und Gaumen unmittelbar nach Genuss eines bestimmten Nahrungsmittels. Es können jedoch auch Schwellungen der Lippen, der Zunge, sowie der Wangen- und Rachenschleimhaut auftreten. Gewisse Menschen reagieren mit Erbrechen, Magen- oder Bauchkrämpfen und Durchfall, andere mit einem Ekzem (Neurodermitis), einem Nesselausschlag (Urtikaria) oder mit einem Asthmaanfall. Betroffen sind rund 2–6% aller Kleinkinder und etwa 2–4% der erwachsenen Bevölkerung. Nahrungsmittelallergiker sind häufig zugleich Heuschnupfenpatienten.

LEBENSMITTEL- UNVERTRÄGLICHKEIT

Nicht alle krankhaften Symptome nach einer Nahrungsaufnahme sind Folge einer Nahrungsmittelallergie. Sie beruhen also nicht auf einer immunologischen Abwehrreaktion. Im Gegensatz zur echten Allergie fehlt bei der Nahrungsmittelintoleranz die Sensibilisierungsphase: die Reaktion kann schon beim ersten Kontakt auftreten.

Auf Grund der Entstehungsmechanismen wird zwischen enzymatischen (angeborenen oder erworbenen) und pharmakologischen Intoleranzen unterschieden. Der genetisch bedingte Lactasemangel, der zu Durchfällen und Bauchkoliken nach Milchgenuss führt, ist die häufigste enzymatische Intoleranz. Die Zöliakie, eine Unverträglichkeit des Dünndarms auf das Getreideeiweiss Gluten aus Weizen, Dinkel, Roggen; Hafer und Gerste tritt bei 1-2% der Bevölkerung auf. Pharmakologische Intoleranzen treten bei besonders dazu Prädisponierten nach übermäßigem Genuss von Nahrungsmitteln, welche reich an natürlichen pharmakologisch aktiven Stoffen, sogenannten biogenen Aminen (wie z.B. Histamin), sind. Die Betroffenen reagieren mit den gleichen Symptomen wie Allergiker nach dem Genuss bestimmter Nahrungsmittel wie Erdbeeren, Käse, Wein, Zitrusfrüchte, Süßigkeiten, aber auch auf Lebensmittelzusätze. Eine Nahrungsmittelintoleranz lässt sich im Allergietest nicht nachweisen.

Vor einem gemeinsamen Klassenessen und vor Klassenlagern sollten die Eltern bezüglich spezifischer Nahrungsmittelallergien und –unverträglichkeiten befragt werden.

Quelle: aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma 2009, aha!infoline: +41 (0) 31 359 90 50