



Kreuzallergien

Viele Pollenallergiker reagieren auf bestimmte Nahrungsmittel mit allergischen Symptomen wie Juckreiz und Brennen von Mund und Rachen oder Schwellungen von Zunge und Lippen. So ist eine Beifußpollenallergie häufig mit einer Allergie gegen Sellerie, eine Birkenpollenallergie oft mit einer Allergie gegen Äpfel gekoppelt. Kreuzallergie nennt man dieses Phänomen, das während der Pollenflugzeit verstärkt auftreten kann.

Auf tränende Augen und Schniefnase haben sich viele Pollenallergiker bereits eingestellt, doch dass der Biss in ein Stück Obst oder der Genuss von Würzmischungen Schwellungen in Mund und Rachenraum auslöst oder zu Durchfällen führt, trifft viele unerwartet.

Das Immunsystem eines Pollenallergikers hat spezielle IGE-Antikörper gebildet, die sich ebenfalls gegen die chemisch ähnlichen Obst- oder Gemüsesorten richten können.

Die Allergenität, d. h. Allergiestärke kann dabei stark variieren, auch z.B. je nach Apfelsorte.

Seltener, aber dafür häufig sehr heftig in der Reaktion, ist die Kreuzsensibilisierung durch Beifußpollen. Man spricht hier von Beifuß-Sellerie-Gewürz-Syndrom, womit schon deutlich wird, mit welchen Nahrungsmitteln Kreuzallergien auftreten können. Allerdings reagieren manche Beifußpollenallergiker auch auf den Verzehr von Früchten wie Mangos, Pfirsiche oder Litschis. In diesen Fällen ist häufig ein Eiweiß mit Namen Profilin für die allergische Reaktion verantwortlich.

Profilin kommt in vielen verschiedenen Pflanzen vor, darunter auch Sellerie, Karotten, Litschis, Tomaten oder Erdnüssen.

Doch nicht nur zwischen Pollen- und Nahrungsmittelallergenen gibt es einen Zusammenhang. Mit der Zunahme der Latexallergien stießen Ärzte auf ein Latex-Frucht-Syndrom, ein auffällig häufiges Zusammentreffen von Latexallergien und Allergien auf Avocado, Banane, Kiwi und



Papaya. Weitere bekannte Kreuzallergien sind das Milben-Schalentier-Syndrom, eine Verbindung zwischen Hausstaubmilben und Garnelen, Hummern, Langusten, Krebsen und Schnecken sowie Vogel-Ei-Syndrom, bei dem Allergene von Vogelfedern zu einer Unverträglichkeit von Eidotter führen.

Bislang sind längst noch nicht alle kreuzreagierenden Allergene identifiziert.

Die therapeutischen Möglichkeiten, die sich an die hautärztlicher Diagnose anschließt, beruht auf ein Führen eines Ernährung-Symptom-Tagebuchs., sodass man einen Zusammenhang zwischen dem Auftreten von Symptomen und Allergenen herstellen kann. Die Einbeziehung von Pollenflugdaten macht Sinn.

Unter ernährungstherapeutischer Aufsicht wird eine dennoch ausreichende Versorgung mit notwendigen Nährstoffen sichergestellt.

Ernährungsberatung wird von allen Krankenkassen unterstützt. Fragen Sie Ihren Arzt oder rufen Sie mich an.

Praxis für Ernährungsberatung
Sabine Jipp
Adolf-Friedrich-Str. 10
23758 Oldenburg in Holstein

Bahnhofstr. 43
23769 Fehmarn – Burg

Tel.: 04361 620 3902