

Allergien im Alltag – was tun?

**Lebensmittelallergien: Wann, was
und warum vermeiden?**

Felicitas Bellutti Enders

6.5.2019

UKBB Publikumsveranstaltung

Was ist eine Allergie?

■ Griechisch:

- «allos»: anders, fremd, eigenartig
- «to érgon»: das Werk, die Arbeit, die Reaktion

■ Allergie:

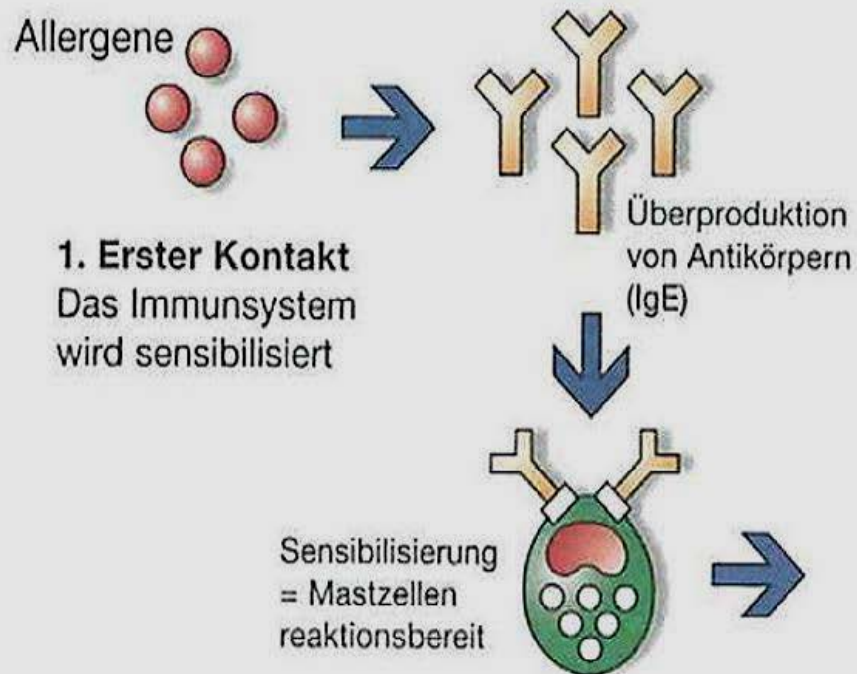
- überschüssige krankhafte bzw. krankmachende Abwehrreaktion des Immunsystems auf bestimmte normalerweise **harmlose Umweltstoffe**.

■ Allergische Reaktion:

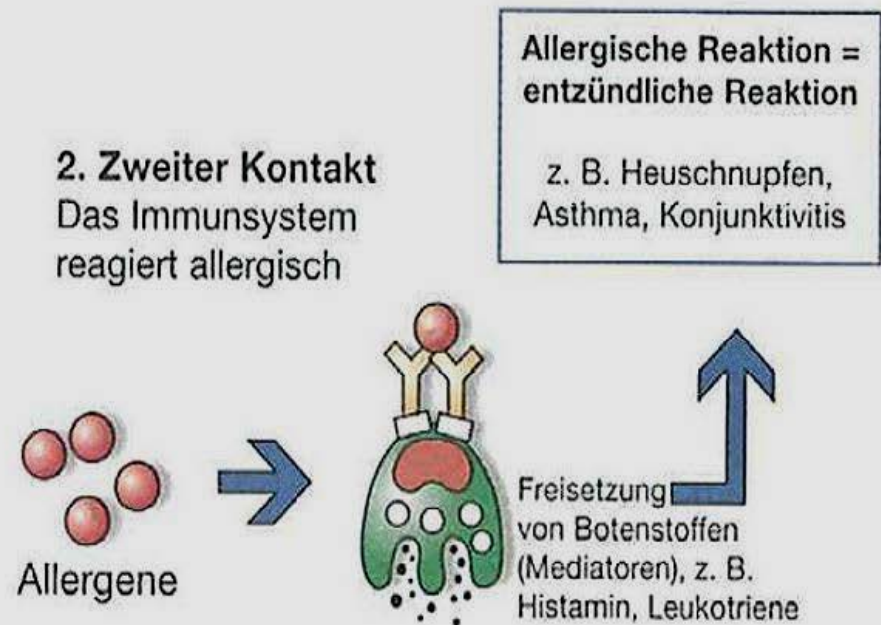
- Allergene lösen eine ungewöhnlich starke Immunantwort aus.

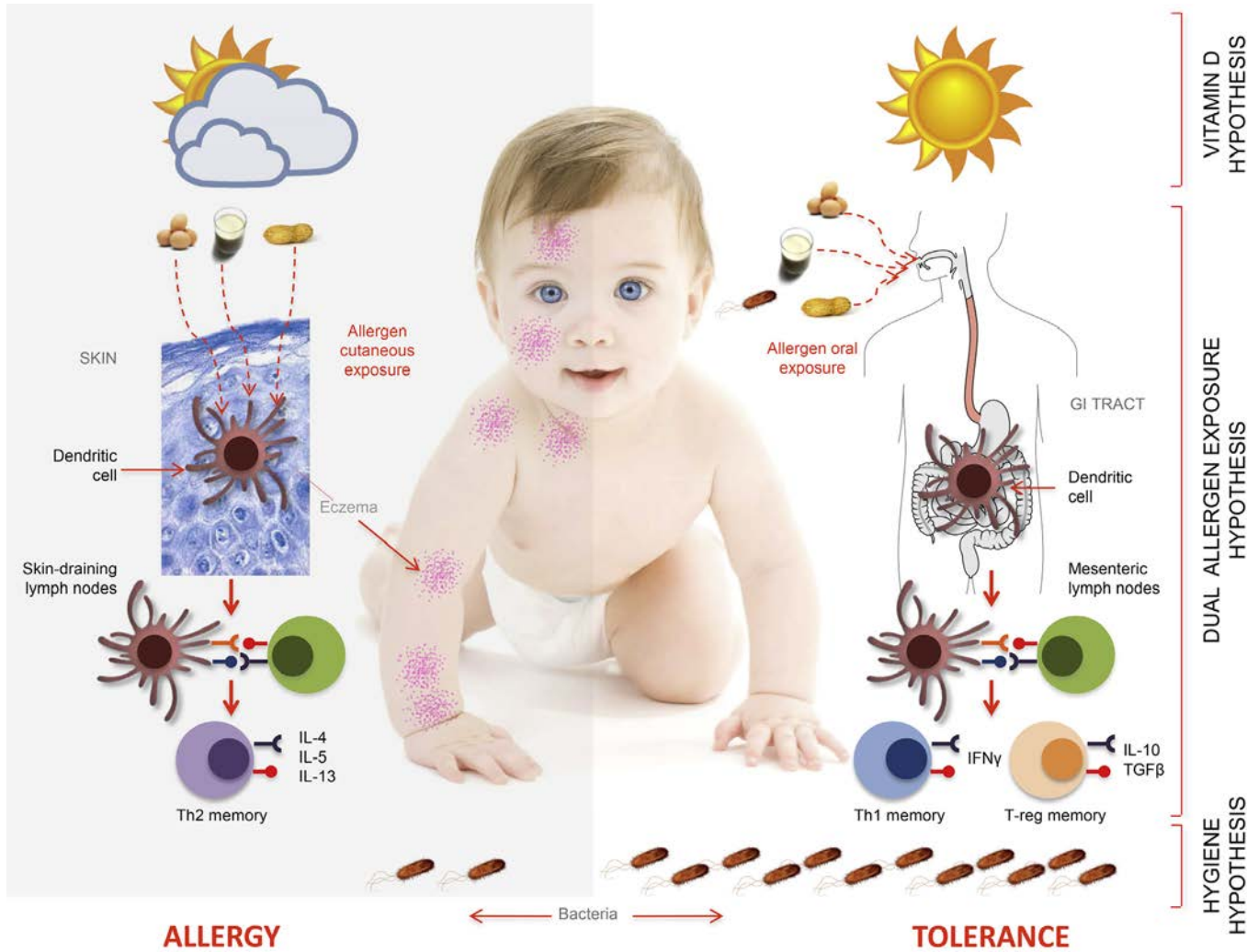
Wie entsteht eine IgE medierte Allergie?

Phase 1: Sensibilisierung



Phase 2: manifeste Allergie





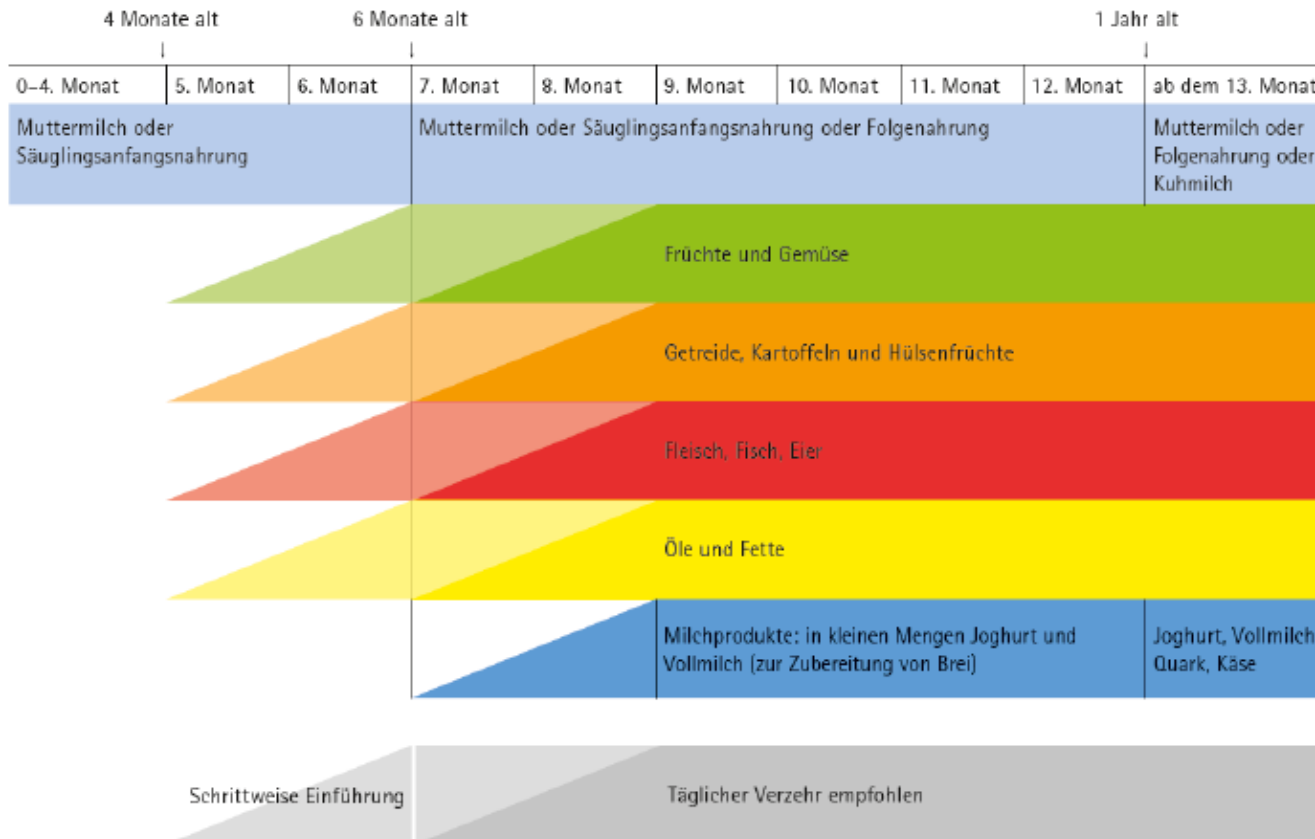
ACHTUNG!!!

- Positiver Hauttest oder Bluttest \neq Allergie
- Allergie:
 1. Typisches Symptom
 2. Bestätigung durch:
 1. Hauttest oder Bluttest
 2. +/- Provokationstest



Allergieprävention

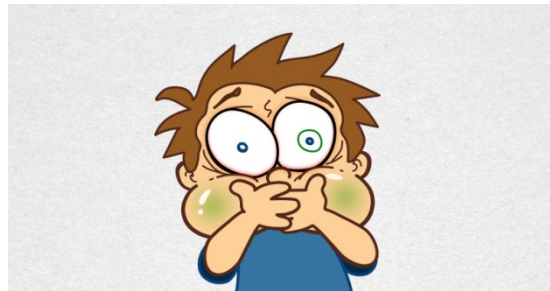
ÜBERSICHT: EINFÜHRUNG DER LEBENSMITTEL



© Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE, Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie SGP, 2011



Symptome einer Lebensmittelallergie



Welche Typen von Lebensmittelallergien gibt es?

IgE medierte Allergien

- Produktion von Allergen-spezifischen Antikörpern
- Anaphylaktische Reaktion: Nesselfieber, Schwellungen, Atemnot, Blutdruckabfall
 - Lebensbedrohlich



Nicht IgE medierte Allergien

- Wahrscheinliche Produktion von Allergen spezifischen T Zellen
- Rezidivierendes Erbrechen und Durchfall, selten atopische Dermatitis
 - Selten akut lebensbedrohlich aufgrund Deshydratation



Diagnose

IgE medierte Allergien

- Anamnese
- Prick-Test
- IgE Messung
- Orale Provokation



Nicht IgE medierte Allergien

- Anamnese
- Auslassdiät mit Verbesserung der Symptomatik
- Orale Provokation



Lebensmittelprovokationen

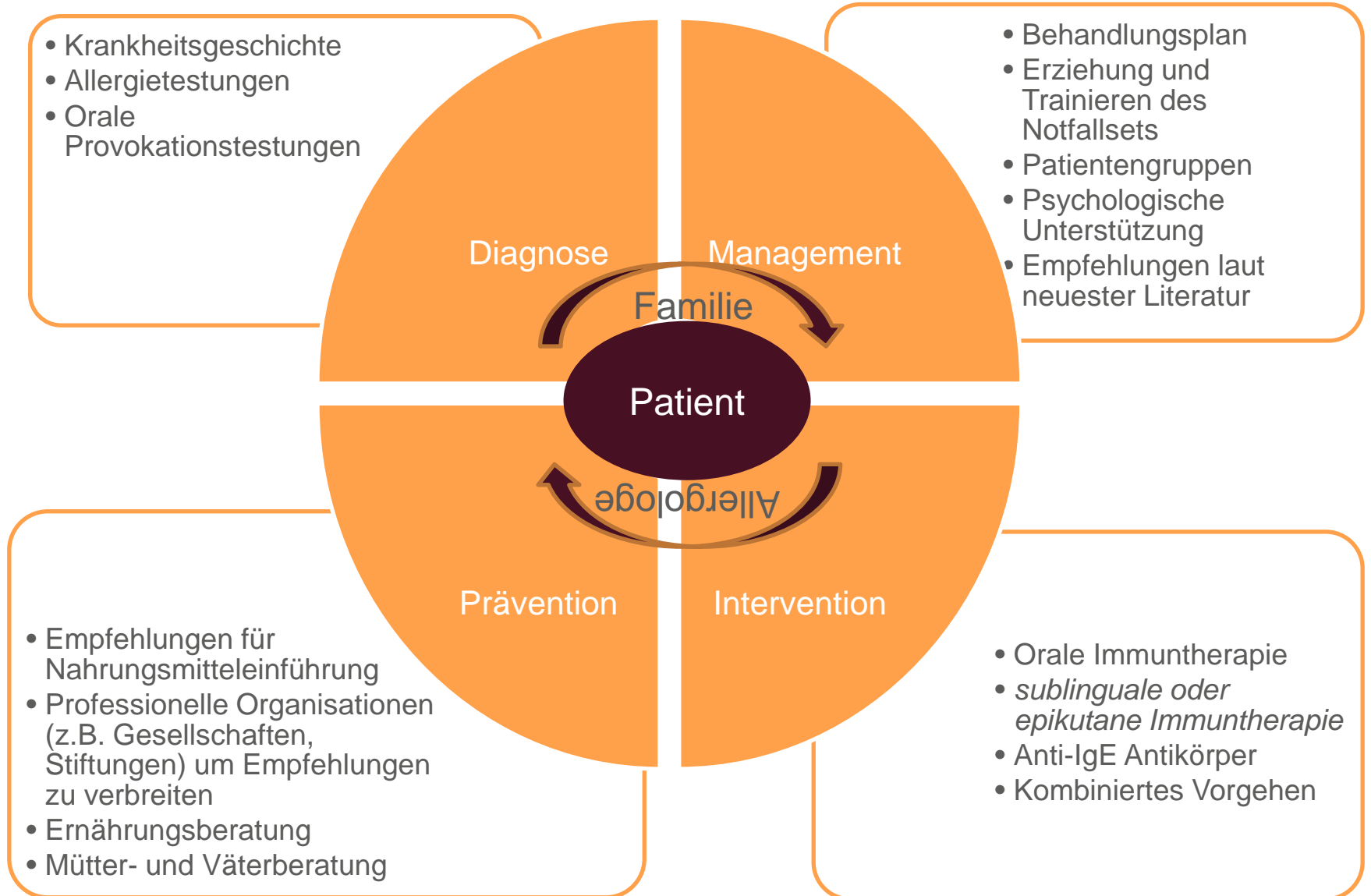
- Goldstandard um eine Lebensmittelallergie zu diagnostizieren
- Testung von klinischer Relevanz der nachgewiesenen Sensibilisierungen:
 - Oft Vereinfachung der Auslassdiät
- Bei Reaktion:
 - Verbesserte Lebensqualität
 - Wichtiger Lerneffekt:
 - Meist geringere Angst falls erneut Reaktion auftritt
 - Festlegen einer Toleranzschwelle:
 - Spuren erlaubt? Ja, nein?
 - Toleranzinduktion?



The impact of oral food challenges for food allergy on quality of life: A systematic review, Kansen et al, PAI 2018

Pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien

- Meistens Symptome im Mund- und Rachenraum:
 - Juckreiz, leichte Schwellung der Zunge
 - Selten Atemnot
- Grundsätzlich gilt:
 - allergieauslösende Nahrungsmittel weglassen
- Ausnahmen:
 - Verträglichkeit nach Hitzebehandlung; abhängig von kreuzreaktiver Funktionsgruppe
 - Sortenwahl bei Äpfeln, Zubereitungsart (Hitze, schälen, etc.)
- **Cave:** Absprache mit dem Arzt!
- Eventuell Toleranzinduktion mit dem Apfel





Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

FRAGEN?



ALLERGIEZENTRUM SCHWEIZ
CENTRE D'ALLERGIE SUISSE
CENTRO ALLERGIE SVIZZERA