

Kreuzallergie

Bei nahezu 50% der Pollenallergiker besteht oder entwickelt sich eine Überempfindlichkeit gegen bestimmte Nahrungsmittel, die botanisch direkt mit der Familie der Pollenträger verwandt oder deren Allergenanteile biochemisch ähnlich sind. So kann es bei einer Frühblüher-Allergie (Birke, Hasel, Erle) zu sehr unangenehmen und zum Teil lebensbedrohlichen Reaktionen auf Steinobst, Äpfel und Nüsse kommen.

Das Prinzip der botanischen Verwandtschaft wird am Beispiel der Pollen des Haselnussstrauches und der Haselnüsse sehr deutlich.

Symptome einer Kreuzreaktion können sofort oder zeitlich versetzt eintreten, meist als

- Kratzgefühl im Gaumen oder Rachen
- Schwellungen und Juckreiz der Mundschleimhaut
- selten: Schwellung der Augenlider.

In Ausnahmefällen können

- asthmatische Beschwerden oder sogar ein anaphylaktischer Schock auftreten.

Für diesen Symptomkomplex hat sich der Begriff Orales Allergie Syndrom (OAS) etabliert.

Beispiel für Kreuzreaktionen:

- Frühblüher (Birke, Hasel, Erle):
 - Äpfel, Birnen, Nüsse, Kirschen, Pflaumen, Pfirsiche, Brombeeren, Himbeeren, Aprikosen, Möhren, Kiwi, Mandeln
- Gräser:
 - Mehle, Getreide, roher Sellerie, Curry, Thymian, Soja-Produkte, Erdnüsse, Bohnen, Linsen, Erbsen, Tomaten
- Kräuter:
 - Rohes Gemüse, Sellerie, Petersilie, Anis, Muskat, Artischocken, Melonen, Pfeffer, Paprika, Kümmel, Kräutertees, Kräuter in Medizin und Kosmetika, Kamille, Fenchel, verdeckte Kräutermischungen in Fertignahrungsmitteln

Bei Kreuzallergien auf Frühblüher wird die Allergen-Potenz häufig durch Kochen zerstört oder reduziert - allerdings nicht bei Kreuzallergien auf Kräuter.

Aber auch:

- Latexallergie:
 - Avocado, Kiwi, Feige, Banane, Papaya
- Hausstaubmilben:
 - Meerestiere (Muscheln, Schrimps, Garnelen, Hummer, Krabben, Flusskrebs)



Um einem häufig gepflegten Missverständnis vorzubeugen, sei darauf hingewiesen:

Der betroffene Allergiker muss keinesfalls auf alle Speisen verzichten, in denen überhaupt Kreuzallergene vorkommen, sondern nur auf die, die ihn nachgewiesenermaßen persönlich betreffen! Verallgemeinerungen, wie z.B. „man soll ja keine Äpfel und Nüsse essen“ wären absolut unzutreffend.

Versuchen Sie auf Äpfel sog. ursprünglicher Arten (z.B. Boskop, Gloster) zurückzugreifen. In den letzten Jahren tritt ein Orales Allergie Syndrom zunehmend häufiger auf, auch ohne dass die Betroffenen an Heuschnupfen leiden.

Bei einer nachgewiesenen Erdnussallergie seien Sie bitte sehr vorsichtig im Umgang mit Erdnüssen, da es auch mal zu lebensbedrohlichen Atemstörungen kommen kann.

In jedem Falle ist nicht nur eine fachspezifische allergologische Untersuchung erforderlich sondern auch ein Therapiekonzept zur Lösung des Problems!