

Ist der Kuss nach der Nuss

Unser Speisezettel wird immer exotischer. Mit den «neuen» Zutaten steigt auch die Anzahl der Allergien, zum Beispiel auf Wal-, Para- und Pecannüsse, Erd- und Cashewnüsse. Diese sind nicht nur als Apéro-snacks zu grosser Beliebtheit avanciert. Hier gilt für den Nussallergiker darauf zu achten, dass er auf alle Nahrungsmittel verzichtet, die auch nur geringste Spuren enthalten.



Wir sprachen mit Professor Brunello Wüthrich, bis Ende Juni Leiter der Allergiestation am Universitätsspital in Zürich.

aha! *Haben die Allergien auf Nahrungsmittel, insbesondere zum Beispiel auf Nüsse, in den letzten Jahren tatsächlich zugenommen?*

Professor Wüthrich: Es gibt keine zuverlässigen Statistiken, die eine Zunahme beweisen würden, da solche Studien in grösseren zeitlichen Abständen bei der Landbevölkerung für Nahrungsmittelallergien nicht durchgeführt wurden. Einzig bei der Pollenallergie und beim Asthma existieren bereits seit 1926 epidemiologische Studien. Anhand dieser kann man feststellen, dass die Pollenallergie von dem damals knappen 1 Prozent auf ca. 15 Prozent angestiegen ist. Dabei zeichnen sich Reaktionen auf Gräser- und Birkenpollen sowie Erle und Hasel besonders aus. Wegen dieser eindeutigen Zunahme müssen zwangsläufig auch die mit Pollen assoziierten Nahrungsmittelallergien zugenommen haben, was mir aus meiner täglichen Arbeit seit über 30 Jahren in einer grossen Allergie-Poliklinik als selbstverständlich erscheint.

Man unterscheidet zwischen der Kreuzreaktion (im Zusammenhang mit einer Pollenallergie) und einer solchen, die unmittelbar mit dem Verzehr oder Kontakt eines nusshaltigen Nahrungsmittels zusammenhängen.

Wie deuten Sie die Zunahme der Nahrungsmittelallergien?

Wichtig ist vielleicht, zuerst zu erklären, wie es zu Nahrungsmittelallergien

kommen kann. Alle Nahrungsmittelallergien hängen unmittelbar mit dem Verzehr oder Kontakt mit dem entsprechenden Produkt bzw. mit dessen Spuren als Zutaten in einem Fertigprodukt zusammen. Der Unterschied ist der Sensibilisierungsweg: Bei den so genannten pollenassoziierten Nahrungsmittelallergien treten Kreuzreaktionen auf Grund der allergenen Verwandtschaft zwischen bestimmten Pollen und bestimmten Nahrungsmitteln auf. Der Patient hat zunächst eine Pollenallergie durch Einatmung der Pollen, später kann er eine Allergie nach Verzehr eines Nahrungsmittels entwickeln, welches mit diesen Pollen so genannt kreuzreagiert.

Die andere Situation ist, dass sich der Allergiker nur durch das Essen eines bestimmten Nahrungsmittels via Immunsystem des Magen-Darm-Traktes sensibilisiert, d. h. allergisch wird. Später reagiert er nach dem Verzehr des gleichen oder eines ähnlichen Nahrungsmittels (z. B. Käse aus Kuh-, Schaf- oder Ziegenmilch, Krevetten oder Flusskrebse).

Bei Patienten, die beispielsweise auf Birkenpollen allergisch sind, besteht ein Risiko von 40–60 Prozent, dass im Laufe der Jahre auch eine Allergie auf ein bestimmtes Nahrungsmittel entwickelt wird. Die Birkenpollenallergie hat übrigens von 0,4 Prozent im Jahre 1926 auf nun mindestens 8 Prozent zugenommen.

In den Birkenpollen sind Proteine enthalten, die in gleicher Weise auch in der Haselnuss, in Apfel, Birne oder Kirsche vorkommen. Was für den Pollenallergiker zu Allergien führen kann, ist für die Pflanzen von Wichtigkeit: Diese Proteine (Eiweisse) schützen sie nämlich vor Krankheiten. Auch Baumnüsse, roher Knollensellerie oder Karotten

etc. enthalten Proteine, die solche Reaktionen auslösen können.

Überrascht Sie die Zunahme?

Nein, keineswegs, erstens wegen der oben geschilderten massiven Zunahme der Pollenallergie, zweitens, weil wir heute viel mehr verschiedene Nahrungsmittel essen als noch vor zehn Jahren. Drei gute Beispiele sind die Allergien auf Nüsse, Kiwi oder Soja. Bei den Nüssen erkennt man eine deutliche Zunahme – früher hat man keine Pecannüsse oder Cashewkerne gegessen. Jetzt bekommt man sie in jeder Cocktailbar oder jeder Apéromischung. Die Kiwi-Allergie, nur um ein weiteres Beispiel zu nennen, ist erstmals 1977 nachgewiesen worden, ein Jahr nach der Einfuhr dieser Früchte nach Europa. Seit ca. 17 Jahren wird im Rahmen gesunder Ernährung vermehrt auch Soja gegessen, seither nimmt die Allergie auf dieses Nahrungsmittel ebenfalls zu.

Wie erkennt man, dass man auf ein Lebensmittel allergisch ist?

Am häufigsten und besten erkennbar ist das so genannte orale Allergiesyndrom. Dabei verspürt der Patient innerhalb weniger Minuten nach dem Verzehr des allergieerzeugenden Lebensmittels einen Juckreiz in Gaumen, auf Zunge und Lippen. Schwillt auch das Halszäpfchen oder der Zungengrund an, kann es zu einer Atemnot kommen. Bei solch akuten Reaktionen ist meist ein bestimmtes Nahrungsmittel im Spiel.

Gibt es noch andere Symptome?

Es gibt auch akute Reaktionen wie Nesselfieber, Schwellung von Augen und Lippen (Quincke-Ödem), aber auch Bauchkrämpfe, Durchfall, Erbrechen

verboten?

oder Asthmaanfälle. Diese Symptome können auch mit vier bis acht Stunden Verzögerung auftreten und werden dann häufig durch Fleischiweisse, Milch oder Weizen ausgelöst.

Welche Nahrungsmittel sind am gefährlichsten?

In der Schweiz ist die Sellerieallergie am häufigsten und löst in der Regel schwere Reaktionen aus. In England, Schweden und den USA gab es Todesfälle nach dem Genuss von Erdnüssen, anderen Nüssen, Soja, Milch und Krustentieren. Zu erwähnen ist vielleicht, dass es beispielsweise bei einer Erdnussallergie bereits ausreicht, die Erdnüsse zu berühren oder Erdnussallergene einzuatmen. Wer von seiner Allergie weiss, sollte Erdnussprodukte unbedingt meiden und sich jeweils über die genaue Zusammensetzung der Zutaten eines Produktes informieren. Leider sind diese Zutatenlisten nicht immer zweifelsfrei, denn Nuss Spuren, die beispielsweise durch die maschinelle Herstellung von Schokolade in ein nussfreies Produkt geraten, sind natürlich nicht deklariert. Die Erdnuss ist im botanischen Sinne übrigens gar keine Nuss, sondern gehört zur Gruppe der Hülsenfrüchte.

Insofern ist also die Frage berechtigt, ob das Küssen nach Nussgenuss erlaubt ist?

Wer tatsächlich an einer Nussallergie leidet, sollte sich vorsehen. In der Fachliteratur sind zwei Fälle von Allergien von mir beschrieben, welche nach einem Kuss aufgetreten sind. Einmal war es eine junge Frau mit Birkenpollen- und Apfelallergie, welche nach dem Kuss des Freundes, der zuvor einen Apfel verzehrt hatte, allergisch reagierte. Der zweite Fall betraf einen jungen Naturwissenschaftler mit einer hochgradigen Erdnussallergie. Die Verlobte hatte zwei Stunden vor dem Rendez-vous ein paar Erdnüsschen gegessen, und danach – im Wissen der schweren Allergie des Verlobten – den Mund gründlich gespült, die Zähne lange geputzt und einen Kaugummi gekaut: alles um-

sonst. Kurz nach dem innigen Kuss schwellten die Lippen des Freundes an und er verspürte Atemnot!

Allergische Reaktionen durch Küssen sind also häufiger als bis anhin angenommen.

Wann werden Allergien gefährlich?

Wenn alle beschriebenen Symptome heftig, innerhalb kürzester Zeit auftreten und alle Organe betreffen, dann kann ein allergischer Schock auftreten, der unter Umständen – wenn der Patient kein Notfallset dabei hat – tödlich enden kann. Tatsächlich gab es in den letzten Jahrzehnten zunehmend Fälle, besonders bei Jugendlichen, die nach einer Mahlzeit plötzlich allergisch reagierten und dann an einer akuten Atemnot oder einem Kreislaufkollaps starben. In der Schweiz ist bisher glücklicherweise noch kein Todesfall bekannt. Das ist dem guten Ausbildungsgrad der Ärzte zu verdanken, welche ihre Patienten mit Nahrungsmittelallergien – übrigens auch solche mit Insektengiftallergien – mit einem so genannten Notfallset versehen, welches bei genauer Anwendung lebensrettend sein kann.

Wie kann man sich vorsehen?

Gemäss subjektiver Einschätzung bei Umfragen mittels Fragebogen sollen 10 bis 15 Prozent der Schweizer Bevölkerung unter einer Nahrungsmittelallergie leiden. In der Tat sind es bei sachgemässer Überprüfung mittels Allergietests, insbesondere Provokationsbelastungen mit Nahrungsmitteln nach dem Doppelblind-Verfahren nur 1–2 Prozent der Erwachsenen. Es sind vor allem Pollenallergiker und 5–10 Prozent der Kleinkinder mit Neurodermitis, welche auf Fremdeiweisse wie Milch, Soja, Ei, Fisch oder Weizen allergisch reagieren. Ein grosser Teil dieser kindlichen Allergien verliert sich jedoch innerhalb von 2–5 Jahren nach strikter Eliminationsdiät.

Bei der Milchallergie hat sich übrigens gezeigt, dass eine Desensibilisierung mit dosierter Abgabe von Milch in Tropfenform zu einer Erfolgsquote von ca. 65 Prozent führt.

Bei Patienten, die sich über mehrere Jahre mit Spritzen gegen Pollen desensibilisieren lassen, kann sich die begleitende Nahrungsmittelallergie verlieren, allerdings nur die milden Formen. Am besten ist es natürlich, die Auslöser von Allergien zu meiden.

■ Redaktion *aha!news*

Böse Folgen eines Kusses

Es waren einmal eine Allergologin und ein Allergologe (beide ca. um die vierzig, verheiratet, aus dem gleichen Land), die sich auf einem Allergologen-Kongress kennen lernten und ineinander verliebten. Der Allergologe wusste sehr wohl von seiner Nussallergie, «seine» Allergologin nicht. Eines Tages ass sie auf dem Weg zu ihm einen Zwetschgenkuchen mit Haselnussbelag, unwissend, dass sie damit ein Drama auslöst. Es ging schnell – nach dem verliebten Kuss bekam der angebetete Allergologe schwerste Atemnot. Dank den Medikamenten, die er auf sich trug und professionell anzuwenden wusste, hielt sich der Schaden in Grenzen. Warum seine Frau herausbekam, was geschehen ist, entzieht sich unseren Kenntnissen, aber als sie es erzählte, schwang eine Portion Humor mit. Vermutlich tröstete sie sich mit dem Gedanken, dass er statt küssen nur noch hecheln konnte. Nun, die Liaison war nicht von Dauer.

Was kann der Betroffene tun?

Wer an einer schweren Nahrungsmittelallergie leidet, sollte sich unbedingt mit einem Notfallset versehen, das Antihistamine, Kortison-Tabletten und eine Adrenalin-Spritze enthält. Dienlich kann auch das Tragen eines Notfallausweises sein, welcher genau Auskunft über die vorliegende Allergie und die zu treffenden Massnahmen gibt. Wichtig ist, dass nicht nur der Betroffene die notwendigen Schritte beherrscht, sondern auch sein Partner, die Eltern, allenfalls die Lehrer bzw. der Sporttrainer.