



## Inhalt

### Grundlagen

#### 4 **NEU Allergene und ihre Eigenschaften**

*Sabine Dölle-Bierke, Lea Faust*

Was macht aus eine Nahrungsbestandteil ein Allergen? Was sind Matrixeffekte und wie kommt es zu Kreuzreaktionen? Der Beitrag beantwortet diese und weitere Fragen.

#### 16 **Update Lebensmittel-Allergien**

*Imke Reese*

Etwa ein Drittel der deutschen Bevölkerung glaubt, an einer Lebensmittelallergie zu leiden. Dabei ist die Unterscheidung zwischen einer allergischen und einer nicht-allergischen Reaktion wichtig.

*Aktualisierung des Beitrags aus 6/2016*

#### 26 **NEU Nahrungsmittelallergene heute und morgen**

*Lea Faust, Sabine Dölle-Bierke*

Ob *plant based* oder Insektenprotein – veränderte Ernährungsweisen haben Auswirkungen auf Lebensmittelallergien.

### Reaktionen gegenüber Getreide

#### 34 **NEU Ernährungstherapie bei Zöliakie**

*Ulla Hirschmann, Veronika Bauer*

#### 42 **WDEIA im neuen Kleid?! Cofaktorabhängige Weizenallergie**

*Claudia Kugler, Christiane Schäfer*

Der Symptomkomplex stellt Diagnostik und Betroffene vor besondere Herausforderungen.

*Aktualisierung des Beitrags aus 8/2020*

#### 50 **NEU Nicht-Zöliakie-Gluten-Sensitivität (NCGS)**

##### **– Sachstand der Debatte**

*Imke Reese*

Hintergründe der neuen Begriffsdefinition Nicht-Zöliakie-Weizen-Sensitivität (NCWS)

#### 49 **Glossar für alle Beiträge**

### 52 Allergieprävention im Kindesalter

*Lukas Schwingshackl*

Der Beitrag kommentiert die Ergebnisse einer systematischen Übersichtsarbeit

*Ursprünglich erschienen 6/2023*

### 56 Nahrungsmittelprovokationen in der Allergiediagnostik bei Kindern

*Juliane Brose, Thomas Hirsch*

Nahrungsmittelprovokation die einzige sichere diagnostische Möglichkeit, um festzustellen, ob eine relevante Nahrungsmittelallergie vorliegt.

*Ursprünglich erschienen 8/2023*

### 62 Verbände und Selbsthilfeorganisationen

## Intoleranzen

### 58 **NEU** Einführung

*Sabine Poschwatta-Rupp*

Eine kurze Übersicht zu geänderten Paradigmen

### 59 Laktoseintoleranz

Ein Update zu Entstehung und Therapie

*Aktualisierung des Beitrags aus 5/2019*

### 71 **NEU** Fructose –

#### Vom Makronährstoff zum Schlüsselfaktor für Erkrankungen?

*Bettina Jagemann, Christiane Schäfer*

Zunehmend sehne bei Lebensmittel-Intoleranzen das Essmuster, die Kostform und vor allem die Verarbeitung von Lebensmitteln im Fokus

### 88 Histaminunverträglichkeit – Nie mehr Rotwein und Käse?

*Ulrike Och*

Beratung von Klient\*innen, die angeben, eine Histaminunverträglichkeit zu haben.

*Aktualisierung des Beitrags aus 3/2021*

---

### 87 Impressum

**Bildnachweis:** Alle Abbildungen stammen von den AutorInnen, der **ERNÄHRUNGS UMSCHAU** bzw. den bei den Abbildungen angegebenen Quellen, soweit nicht nachstehend angegeben.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte ggf. an die Redaktion. Titel: © Bojsha65/iStock/Getty Images Plus