

Therapie von Lebensmittelallergien

An erster Stelle der therapeutischen Maßnahmen steht die Meidung des identifizierten Lebensmittels, d. h. die Karenz. Nur wenn der Auslöser konsequent umgangen wird, tritt Symptomfreiheit ein. Da Lebensmittelallergien weitgehend dosisunabhängig sind, ist es notwendig, auch kleinste Mengen zu meiden. Gerade im Kindesalter ist allerdings zu beachten, dass Allergien gegenüber Grundlebensmitteln bei den meisten Kindern nach wenigen Jahren wieder verschwinden. Deshalb muss die Indikation für eine therapeutische Diät in Abständen von ein bis zwei Jahren regelmäßig durch eine erneute Provokation überprüft werden. Eine sogenannte Re-Provokation sollte allerdings immer unter ärztlicher Kontrolle stattfinden, da auftretende Symptome sehr heftig ausfallen und die anamnestisch bekannten in ihrem Schweregrad übertreffen können.

Kennzeichnung von Allergenen in Lebensmitteln

Das Vorkommen eines relevanten Allergens in verpackten Lebensmitteln zu erkennen, ist seit Ende November 2005 durch die EU-weite Änderung der Kennzeichnungsverordnung vereinfacht worden [10]. Inzwischen müssen auf verpackten Lebensmitteln 13 Hauptallergene und deren Erzeugnisse (◆Übersicht 2) unabhängig von der eingesetzten Menge deklariert werden, wenn sie Zutat eines verpackten Produktes sind [11]. Eine Kennzeichnungspflicht besteht auch für Schwefeldioxid und Sulfite als Auslöser von Pseudoallergien. Auf Kleinverpackungen (< 10 cm²) ist die Deklaration der Hauptauslöser von Unverträglichkeitsreaktionen laut Artikel 13 der RL 2000/13/EG allerdings nicht verpflichtend, sondern nur der Umverpackung zu entnehmen.

Als weitere Änderungen wurde die „25 %-Regel“¹ abgeschafft und die Verwendung von Klassennamen eingeschränkt. Lediglich für einige Zutaten wie z. B. Kräuter- und Gewürzmischungen

- Glutenhaltiges Getreide, d. h. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Krebstiere und Krebstiererzeugnisse
- Eier und Eierzeugnisse
- Fisch und Fischerzeugnisse
- Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse
- Soja und Sojaerzeugnisse
- Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose)
- Schalenfrüchte, d. h. Cashewnuss, Haselnuss, Macadamianuss/Queenslandnuss, Mandel, Paranuss, Pecannuss, Pistazie, Walnuss, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Sellerie und Sellerieerzeugnisse
- Senf- und Senferzeugnisse
- Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse
- Schwefeldioxid und Sulfite (bei einer Konzentration von mind. 10 mg/kg oder Liter)
- Lupine und Lupinerzeugnisse
- Weichtiere und Weichtiererzeugnisse

Übs. 6-2:

Hauptauslöser von Nahrungsmittelunverträglichkeiten, die im Rahmen der EU-weiten Kennzeichnungsverordnung als Zutaten von verpackter Ware gekennzeichnet werden müssen

besteht eine Übereinkunft, dass unterhalb von 2% keine detaillierte Auflistung enthaltener Bestandteile erforderlich ist. Diese so genannte 2%-Regelung bezieht aber ausdrücklich nicht die in ◆Übersicht 6-2 genannten Lebensmittel ein (Beispiel Gewürzmischung [mit Sellerie]). Letztere müssen, unabhängig von der verarbeiteten Menge, immer gekennzeichnet werden, wenn sie als Zutat verwendet wurden.

Die Änderungen haben allerdings nicht immer zur Klarheit beigetragen, sondern auch neue Probleme für Allergiker aufgeworfen. Das größte Problem liegt in der nicht geregelten Handhabung „unwissentlicher Einträge“ (Kontaminationen) von Lebensmitteln, die durch Transport,

¹ nach der „25 %-Regel“ mussten zusammengesetzte Zutaten erst ab einer Menge von einem Viertel des Gesamtgewichts detailliert, d. h. mit Zutatenliste, gekennzeichnet werden.