

Weihnachtszeit ist Nuss-Allergie-Zeit!

Bei Erwachsenen und Jugendlichen wird eine Allergie auf Nüsse meist durch eine Kreuzreaktion aufgrund einer Pollenallergie ausgelöst. Man spricht von einer Pollen-assoziierten Nahrungsmittelallergie. Kinder hingegen haben die Allergie meist unabhängig von einer Pollenallergie in den ersten Lebensjahren entwickelt. Die für sie allergenen Eiweiße der Nüsse werden auch durch Erhitzen nicht zerstört. Wenn die Kinder dann Nussplätzchen essen, kann es zu allergischen Reaktionen kommen, die manchmal schwer und zum Teil lebensbedrohlich sind.

Mit der Vorweihnachtszeit beginnt wieder die Zeit der Nussplätzchen und die Vorstellungen von Kindern in der Ersten Hilfe wegen allergischen Reaktionen.

Hier unterscheiden sich die Kinder meist von Ihren Eltern, wenn diese auch eine Nussallergie haben. Bei Erwachsenen und Jugendlichen wird die Allergie meist durch eine Kreuzreaktion aufgrund einer Pollenallergie ausgelöst. Aufgrund der Ähnlichkeit der Allergene in Birkenpollen, die den Heuschnupfen auslösen, und einigen Nüssen entwickeln sich allergische Reaktionen beim Essen dieser Nüsse, die sich in der Regel durch Juckreiz im Mund äußern. Man spricht von einer Pollen-assoziierten Nahrungsmittelallergie. Diese Reaktionen treten aber nur beim Essen von rohen oder wenig erhitzten Produkten auf. Die allergenen Eiweiße werden durch ausreichendes Erhitzen zerstört. So können Plätzchen gefahrlos konsumiert werden, weil sie gebacken sind.

Anders ist es, wenn Kinder eine Nussallergie zeigen. Diese haben die Allergie meist unabhängig von einer Pollenallergie in den ersten Lebensjahren entwickelt. Viele Kinder hatten schon im frühen Säuglingsalter eine Neurodermitis und damit eine gestörte Hautbarriere. Bei diesen Kindern bilden sich oft Allergieantikörper durch den Hautkontakt mit Nussallergenen die sich überall im Haushalt finden. Die für sie allergenen Eiweiße der Nüsse werden auch durch Erhitzen nicht zerstört. Wenn die Kinder dann Nussplätzchen essen, kann es zu allergischen Reaktionen kommen, die manchmal schwer und zum Teil lebensbedrohlich sind. Bei Kindern mit so einer Nussallergie muss eine konsequente Meidung erfolgen. Des Weiteren brauchen diese Patienten einen Adrenalinautoinjektor für den Fall einer allergischen Reaktion bei versehentlichem Verzehr. Sie und ihre Eltern sollten auch den Umgang mit den Notfallmedikamenten in Schulungskursen lernen. Leider werden entsprechende Anaphylaxiekurse von den Kassen meist nicht übernommen. Hier ist dringender Änderungsbedarf notwendig um die Sicherheit und Lebensqualität der Patienten zu verbessern.

Aber es gibt auch positive Nachrichten. Nur die wenigsten Nussallergiker reagieren auf alle Nüsse allergisch. Dies liegt unter anderem daran, dass die Saaten, die landläufig als „Nüsse“ bezeichnet werden, verschiedenen Gruppen zuzuordnen sind: einige gehören zu den echten Nüssen wie Haselnuss und Walnuss, wohingegen Erdnüsse Hülsenfrüchte und Mandeln und Cashew Steinfrüchte sind.

Für die Patienten ist es eine große Hilfe, wenn sie nicht alle Nüsse meiden müssen. Um eine klare Empfehlung geben zu können, ist eine gründliche Diagnostik sinnvoll. Durch eine Bestimmung spezieller IgE-Antikörper gegen die Nüsse und Erdnuss und einzelner Eiweiße aus dem jeweiligen Allergen kann das Risiko eingegrenzt werden. Eine endgültige Sicherheit geben Nahrungsmittelprovokationen, die in spezialisierten Kinderkliniken durchgeführt werden können. Leider sind sie sehr personalaufwändig und die Vergütung durch das DRG-System ist nicht

ausreichend. So werden die Nahrungsmittelprovokationen zu selten angeboten.