

### **Wenn Nüsse knabbern gefährlich wird**

**BERLIN** – Ob Lebkuchenherz oder Dominostein: viele Weihnachtsspezialitäten enthalten Spuren von Nüssen. Was für die einen Genuss ist, birgt für die anderen gesundheitliche Gefahren. So sind nach Schätzungen des Europäischen Informationszentrums für Lebensmittel knapp drei Prozent aller Erwachsenen gegen Lebensmittel allergisch. Besonders gefährlich sind Nussallergien: Schon kleinste Mengen können Schwellungen von Lippen, Mund und Zunge sowie Erbrechen und Durchfall auslösen. Im schlimmsten Fall kommt es zum Herzinfarkt durch einen allergischen Schock.

### **Kennzeichnung von Lebensmitteln**

Heikel wird es beim Weihnachtsmarktbesuch: So sind Bestandteile von Nüssen in Nahrungsmitteln zwar kennzeichnungspflichtig, für lose verkaufte Lebensmittel gilt diese Regelung jedoch nicht. Sollte es nach dem Verzehr von bestimmten Lebensmitteln zu wiederholten Beschwerden kommen, empfiehlt das IPF die Beratung durch einen allergologisch tätigen Arzt.

### **Allergietest bringt Sicherheit**

Erste Erkenntnisse können Bluttests liefern: Der Nachweis von IgE-Antikörpern bestimmt bis zu 700 verschiedene Allergene. Neben den häufiger auftretenden Erdnuss- und Haselnussallergien können Unverträglichkeiten gegen bis zu acht weitere Schalenfrüchte bestehen. Dieses Wissen ermöglicht gezieltes Nachfragen und hilft, die richtigen Weihnachtsplätzchen auszusuchen. Fehlt dieses Wissen, verschlimmert sich die Unverträglichkeit durch den wiederholten Kontakt mit dem Allergen. Erkrankungen wie Asthma bronchiale können die Folge sein.

Weitere Informationen enthält das IPF-Faltblatt „Allergie“. Es kann kostenlos unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de) heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann das Faltblatt auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

*Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über zehn Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)*

AUSGABEDATUM

16.12.13

RÜCKFRAGEN AN

Susanne Gerhards

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

[presse@vorsorge-online.de](mailto:presse@vorsorge-online.de)

[www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)

[twitter.com/vorsorgeonline](https://twitter.com/vorsorgeonline)

