

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---------------|---|
| Vorwort | 5 |
|---------------|---|

1 Allgemeines zur Nahrungsmittelallergie 11

| | |
|--|----|
| 1.1 Begriffsdefinitionen | 11 |
| 1.1.1 Immunsystem und Allergie | 11 |
| 1.1.2 Nahrungsmittelallergie | 14 |
| 1.1.3 Allergen | 15 |
| 1.1.4 Häufige Nahrungsmittelallergene | 16 |
| 1.2 Diagnose der Nahrungsmittelallergie | 17 |
| 1.2.1 Anamnese | 17 |
| 1.2.2 Hauttest und andere Laboruntersuchungen | 19 |
| 1.2.3 Provokation | 22 |
| 1.2.4 Doppelblind-Placebo-kontrollierter Provokationstest | 22 |
| 1.3 Häufigkeit der Nahrungsmittelallergien | 23 |
| 1.4 Welcher Säugling ist allergiegefährdet? | 26 |
| 1.5 Nahrungsmittelallergie und atopische Dermatitis | 28 |
| 1.6 Nahrungsmittelallergie und Asthma bronchiale | 30 |

2 Präventionsmaßnahmen im 1. Lebensjahr bei Säuglingen mit allergischer Veranlagung 31

| | |
|---|----|
| 2.1 Einflußfaktoren auf die Entstehung von Nahrungsmittelallergien im Säuglingsalter | 31 |
|---|----|

| | | |
|-------|--|----|
| 2.2 | Ernährungspräventionsmaßnahmen im | |
| | 1. Lebenshalbjahr | 33 |
| 2.2.1 | Stillen als Allergieprophylaxe | 33 |
| 2.2.2 | Stillprobleme und die Bedeutung der Hydrolysatnahrungen | 37 |
| 2.2.3 | Sättigungsprobleme unter Hydrolysaternahrung | 42 |
| 2.2.4 | Vorgehensweise bei Durchfallerkrankungen | 42 |
| 2.2.5 | Sojamilchnahrungen | 43 |
| 2.2.6 | Schlußbemerkung | 46 |
| 2.3 | Ernährungspräventionsmaßnahmen im Beikostalter | 47 |
| 2.4 | Additive Maßnahmen | 51 |

| |
|---|
| 3 Therapeutische Ernährungsmaßnahmen bei Nahrungsmittelallergien |
|---|

54

| | | |
|-------|---|----|
| 3.1 | Allgemeines | 54 |
| 3.2 | Zweck und Anforderungen an die Eliminationskost | 55 |
| 3.3 | Grad und Umfang der Eliminationskost | 56 |
| 3.4 | Praktische Durchführung | 57 |
| 3.5 | Dauer | 58 |
| 3.6 | Gründe eines vorzeitigen Abbrechens der Eliminationskost | 60 |
| 3.7 | Ernährungsrisiken | 60 |
| 3.8 | Aktuelle Fragen | 62 |
| 3.8.1 | Gibt es eine Zuckerallergie? | 62 |
| 3.8.2 | Ernährung ohne tierisches Eiweiß? | 63 |
| 3.8.3 | Welche Nahrung bei Durchfall? | 63 |
| 3.8.4 | Welche Bedeutung haben mehrfach ungesättigte Fettsäuren für die Neurodermitiker? | 64 |

| | |
|----------------------------------|-----------|
| 4 Kuhmilcheiweiß-Allergie | 66 |
|----------------------------------|-----------|

| | | |
|-------|--|----|
| 4.1 | Welche Allergene kommen in der Kuhmilch vor? | 67 |
| 4.2 | Wie sieht die Eliminationskost aus? | 68 |
| 4.3 | Probleme in der Praxis | 73 |
| 4.4 | Milch-Trinkersatz | 76 |
| 4.5 | Küchentechnisches Vorgehen | 78 |
| 4.6 | Ernährungsrisiko | 79 |
| 4.6.1 | Calciumversorgung bei strikter Kuhmilch-elimination | 79 |
| 4.6.2 | Praktisch-relevante Tips für eine ausreichende Calciumversorgung | 86 |

| | |
|------------------------------|-----------|
| 5 Eiereiweiß-Allergie | 88 |
|------------------------------|-----------|

| | | |
|-----|--|----|
| 5.1 | Welche Allergene kommen im Hühnerei vor? | 88 |
| 5.2 | Wie sieht die Eliminationskost aus? | 89 |
| 5.3 | Ei-Ersatz | 92 |
| 5.4 | Probleme in der Praxis | 93 |

| | |
|--|-----------|
| 6 Weitere Nahrungsmittelallergien | 95 |
|--|-----------|

| | | |
|-------|----------------------------------|-----|
| 6.1 | Weizenallergie | 95 |
| 6.1.1 | Eliminationskost | 96 |
| 6.2 | Sojaeiweiß-Allergie | 99 |
| 6.2.1 | Diätetische Konsequenz | 100 |

| | | |
|-----|---------------------|-----|
| 6.3 | Nußallergie | 103 |
| 6.4 | Kreuzallergie | 104 |

| | | |
|----------|-----------------------------|------------|
| 7 | Schimmelpilzallergie | 106 |
|----------|-----------------------------|------------|

| | | |
|----------|-------------------------------------|------------|
| 8 | Pseudoallergische Reaktionen | 109 |
|----------|-------------------------------------|------------|

| | | |
|-------|---|-----|
| 8.1 | Lebensmittelzusatzstoffe | 111 |
| 8.1.1 | Relevante Pseudoallergene | 112 |
| 8.1.2 | Praktische Konsequenz | 114 |
| 8.1.3 | Bedeutung bei atopischer Dermatitis | 114 |
| 8.1.4 | Bedeutung bei Asthma bronchiale | 115 |
| 8.2 | Acetylsalicylsäure (ASS)/Salicylate | 120 |
| 8.3 | Biogene Amine | 124 |

| | |
|-----------------------------|------------|
| Literaturverzeichnis | 127 |
|-----------------------------|------------|

| | |
|--------------------------|------------|
| Firmenverzeichnis | 142 |
|--------------------------|------------|

| | |
|-------------------------------|------------|
| Fremdwörterverzeichnis | 144 |
|-------------------------------|------------|

| | |
|-----------------------------|------------|
| Stichwortverzeichnis | 149 |
|-----------------------------|------------|