

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . .	5
-------------------	---

<b>1 Allgemeines zur Nahrungsmittelallergie</b>	<b>11</b>
---	-----------

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

<b>2 Präventionsmaßnahmen im 1. Lebensjahr bei Säuglingen mit allergischer Veranlagung</b>	<b>31</b>
--	-----------

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 Hydrolysaternährung .	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

<b>3</b>	<b>Therapeutische Ernährungsmaßnahmen bei Nahrungsmittelallergien</b>	
----------	---	--

<b>54</b>
-----------

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

<b>7</b>	<b>Schimmelpilzallergie</b>	<b>106</b>
----------	-----------------------------	------------

<b>8</b>	<b>Pseudoallergische Reaktionen</b>	<b>109</b>
----------	-------------------------------------	------------

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

<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>127</b>
-----------------------------	------------

<b>Firmenverzeichnis</b>	<b>142</b>
--------------------------	------------

<b>Fremdwörterverzeichnis</b>	<b>144</b>
-------------------------------	------------

<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>149</b>
-----------------------------	------------