

Inhalt

Einleitung 1

Wie findet man Allergien? . . . 3

Abneigung und allergische Erkrankung 3

Der Allergiker als Kriminalkommissar. 6

Erkenne die Zeichen, oder wie der Patient die Allergie beobachten und daraus Folgerungen ziehen kann. . . 9

Allergiezeichen 9

Psychische Zeichen 10

Körperliche Zeichen 10

Wann tritt die Allergie auf? . . . 11

Welche Zeichen könnten auf eine allergische Erkrankung hinweisen? 11

Aus den Anzeichen im Zielorgan kann man nicht unbedingt auf die Art der Allergie schließen . . . 13

Was ist eine Allergie? 15

Was ist eine Allergie? 15

Einige Grundbegriffe. 15

Was haben wir nun gelernt? . . . 20

Überempfindliche Organe und die Hyperreagibilität als Folge der Allergie 24

Warum nehmen Allergien zu und einiges über Gentechnik. . . 25

Allergievorbeugung (Prävention) . 32

Regeln zur Vorbeugung beim atopiegefährdeten Kind 34

Welche Allergene können uns krank machen? 35

Allergene, die hauptsächlich an den Atemwegen wirken . . . 35

Allergene, die häufig eine Nahrungsmittelallergie auslösen können. 35

Insektengiftallergene 35

Allergene, die über das ganze Jahr Allergien hervorrufen können . 35

Die wichtigsten Allergene im einzelnen 35

Die häufigsten Nahrungsmittelallergene. 48

Nahrungsmittelunverträglichkeiten durch Pseudoallergien. . . 49

Die Diagnose der Allergie . . 59

Wodurch stellt man eine Allergie und Pseudoallergie fest? . . . 59

Welche Körperorgane sind von der Allergie betroffen? . . . 60

Die Allergietests. 63

Die folgenden Abschnitte im Kleingedruckten sind für Ärzte gedacht, wie und warum man IgE-Bestimmungen durchführen lassen soll 68

Indikation zur In-vitro-Bestimmung von spezifischen Antikörpern 68

Die häufigsten Allergene im In-vitro-Verfahren (Leitallergene)	68	Warum sind einige Speisen und Getränke bei der Grunddiät verboten? . . .	133
Bestimmung von IgG-, IgA- und IgM-Antikörpern.	68	Allergene in Speisen und Getränken.	134
Bedeutung der IgE-Bestimmungen	68		
Verschiedene andere Testverfahren	69		
Die Zielorgane der Allergie und Pseudoallergie	71	Diät bei Pseudoallergien	153
Das Zielorgan Haut und das atopische Ekzem (Neurodermitis)	71	Die Bedeutung der Grunddiät bei der Fahndung nach Pseudoallergien	153
Allergie an den Atemwegen	83		
Allergien, Pseudoallergien, Unverträglichkeiten und Erkrankungen ohne Allergie im Magen-Darm-Kanal	91	Die medikamentöse Behandlung der allergischen Erkrankungen	163
Die psychischen Veränderungen bei der allergischen Erkrankung	101	Die medikamentöse Behandlung der allergischen Erkrankungen	163
Die Psycho-Neuro-Immunologie	102	Die spezifische Immuntherapie oder Hyposensibilisierung	167
Allergie und Psyche.	102	Gegen welche Allergene wird subkutan hyposensibilisiert?	169
Diät beim unruhigen oder hyperaktiven allergischen Kind	108	Voraussetzungen für die Hyposensibilisierung und Regeln.	169
Ängste	110	Die Durchführung der Hyposensibilisierung	171
Allergie und Depression	111	Die sublinguale/orale Hyposensibilisierung (SLIT)	175
Psychosomatik bei Allergie.	113	Alternative Heilmethoden	177
Allergie und Beruf	115	Anhang 1	179
Allergie und Beruf	115	Was kann ein Allergiker tun, um seine Angst zu besiegen?	179
Allergiensuche durch Diät	117	Anhang 2	183
Wie finde ich Allergien und Unverträglichkeiten von Lebensmitteln mit einer Diät?	117	Was ein Allergiker über Depression wissen sollte	183

Anhang 3	185	Worterklärungen	191
Sprachliche Mitteilungsstörungen	185		
Anhang 4	187	Weiterführende Literatur .	195
Merkliste	187	Kurzes Verzeichnis der	
		Zusatzstoffe*	197
Anhang 5	189	Erläuterungen zur Liste	198
Fragebogen für allergische			
Krankheiten.	189	Sachverzeichnis	207
		Danksagung	211