

Allgemeine Informationen zu Erdnussallergie und Nussallergie

Einleitung

In der Schweiz leiden über eine halbe Million Menschen an einer Nahrungsmittelallergie. Bereits kleinste Mengen von allergieauslösenden Lebensmitteln können bei Personen starke – unter Umständen sogar lebensbedrohliche – Reaktionen auslösen. Ein Schutz vor solchen Reaktionen ist nur durch strikte Vermeidung des betreffenden Lebensmittelallergens möglich (BAG 2011, Allergene korrekt deklariert.).

Allergikerinnen und Allergiker sind auf eine vollständige, korrekte Angabe bei der Zutatendecklaration angewiesen (BAG 2011). Zudem sind sie davon abhängig, dass ihr Umfeld (Arbeit, Schule, andere Gemeinschaftseinrichtungen) auf die allergiefreie Zusammensetzung der mitgebrachten oder in Kantine / Hort verzehrten Mahlzeiten achtet. Dies gilt insbesondere bei der Erdnuss- und Nussallergie, wo bereits Spuren von Erdnuss- / Nussanteilen oder Nussstaub eine allergische Sofortreaktion bis hin zum allergischen Schock auslösen können. Besonders gefährdet sind Klein-, Kindergarten- und Schulkinder.

Was ist eine Allergie?

Unter Allergie ist eine Überempfindlichkeitsreaktion des Immunsystems auf Fremdstoffe (Allergene) aus der Umwelt zu verstehen. Diese führen bei sensibilisierten Personen zu allergischen Krankheiten bis hin zu lebensbedrohlichen Reaktionen. Bei einer Allergie werden bestimmte Stoffe, die normalerweise für den Körper ungefährlich sind, als fremd erkannt und durch das Immunsystem bekämpft. Die häufigsten allergischen Krankheiten sind Heuschnupfen, Asthma bronchiale und Neurodermitis. Seltener, aber potentiell bedrohlicher sind Nahrungsmittelallergien und Insektenstichallergien.

Erdnussallergie / Nussallergie

Die Erdnussallergie gehört zu den schwersten Nahrungsmittelallergien. Sie kann bei den Betroffenen bereits bei kleinsten Mengen durch Essen, durch Hautkontakt oder Einatmen des Allergens (als Staubpartikel) heftige allergische Reaktionen auslösen. Nüsse (Hartschalenobst bzw. Schalenfrüchte) können bei einer Sensibilisierung ebenfalls zu einer allergischen Reaktion mit Kreislaufzusammenbruch und Herzstillstand (anaphylaktischer Schock) führen. Zum Hartschalenobst werden folgende Nusssorten gezählt: Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamia- und Queenslandnüsse (Anhang 1 zur Verordnung des EDI über die Kennzeichnung von Lebensmitteln LKV, SR 817.022.21 zur Deklaration von Allergenen in Lebensmitteln vom 23.11.2005). Laut Lebensmittelgesetz müssen nicht nur die Erdnüsse oder Nüsse in den Lebensmitteln, sondern auch die daraus gewonnenen Erzeugnissen deklariert werden. **Kreuzreaktionen** basieren auf einer Sensibilisierung auf mehrere Nusssorten und Erdnüssen, d.h. diese Personen sind sowohl auf Erdnüsse wie auf verschiedene Nusssorten allergisch. Zudem leiden viele Allergikerinnen und Allergiker unter **Kreuzallergien** und reagieren auf mehrere unterschiedliche Allergene allergisch, z.B. Erdnussallergie, Nussallergien und andere Nahrungsmittelallergien (Früchte, Gemüse, Eier, Schalentiere, usw.) und / oder Pollen.

Erdnüsse und Nüsse **müssen** als Zutaten deklariert werden (Art. 8 LKV). Unbeabsichtigte Vermengungen von **über 1g/kg müssen** ebenfalls deklariert werden (Art. 8 Abs. 3 LKV: „kann..... enthalten“). Vermengungen von **unter 1g/kg müssen nicht** deklariert werden (evtl. Zusatz „kann Spuren von ... enthalten“, Art. 8 Abs. 5 LKV). Daher besteht ohne die Spurendecklaration letztlich **KEINE** Sicherheit, dass tatsächlich keine unbeabsichtigten Vermengungen vorhanden sind. Diese Art der Deklaration gilt nur für die in der Schweiz verarbeiteten Nahrungsmitteln (nach EU-Recht besteht zurzeit keine Deklarationspflicht der Vermengungen).

Für Allergiker ist es empfehlenswert Speiseöle ohne Erdnussöl verwenden, obwohl in der Regel hochraffiniertes Erdnussöl toleriert wird, allerdings kann eine Reaktion bei hochgradigen Allergie nicht ausgeschlossen werden.

Symptome der allergischen Reaktion (Anaphylaxie)

treten oft sehr rasch und unerwartet nach Kontakt mit dem Allergen auf. Dabei wird Histamin freigesetzt, das im Körper zu einer Reihe von bedrohlichen Reaktionen führen kann. Rasch einsetzende Beschwerden sind häufig Zeichen einer schweren allergischen Reaktion. Deshalb sofort handeln, Notfallmedikamente einsetzen und Ambulanz rufen!

Frühe Anzeichen auf eine mögliche anaphylaktische Reaktion sind:

- Reaktionen der Haut:
- Juckreiz
- Jucken und Anschwellen der Handinnenflächen oder Fußsohlen, der Augenlider, der Mundschleimhaut, Lippen und Zunge
- Juckende Quaddeln (rote, erhöhte Hautstellen; Urtikaria), evtl. mit Hitzegefühl
- Reaktionen des Magen-/Darm-Traktes: Bauchschmerzen / Übelkeit / Durchfall

Je nach Schweregrad tritt ein Schockzustand auf.

Anzeichen zu Beginn eines anaphylaktischen Schockes sind:

- Brennen, Kribbeln, Rötung, Schwellung im Mund /Lippen/Zunge
- Magen-Darm-Beschwerden mit Erbrechen
- Husten, Atembeschwerden, Atemnot mit pfeifender Atmung
- Schwindel, Gefühl von Kraftlosigkeit
- Kältegefühl
- Herzklopfen, Herzrasen
- Blutdruckabfall
- Bewusstlosigkeit
- Kreislaufversagen

Erste Hilfe

Die Erste-Hilfe-Massnahmen bei einer schweren allergischen Reaktion sind entscheidend, damit die lebensbedrohlichen Symptome nicht in einem Kreislaufversagen mit tödlichem Ausgang enden:

- **Notfallmedikamente**, die ein allergisches Kind (eine allergische Person) immer bei sich tragen muss, **einsetzen**:
- **Notfallspritze Epipen® / Epipen® Junior / Jext® / Jext® Junior**:
Zusätzlich Antihistamin-tabletten/Sirup und Cortisontabletten/Lösung.
Asthmaspray wenn verordnet,
- Sofort den Notarzt bzw. die Ambulanz verständigen.
- Kind (allergische Person im Schockzustand) flach lagern mit erhöhten Beinen (Schocklagerung), bei Atemnot den Oberkörper hochlagern.
- Kind (allergische Person im Schockzustand) beruhigen, warm halten und nicht alleine lassen (bis die Ambulanz eintrifft).
- Bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlagerung vornehmen.

Diagnose

Die Diagnose einer Allergie kann bei Kindern schwieriger sein als bei Erwachsenen und ist durch Ärztinnen und Ärzte bzw. von Allergologinnen und Allergologen zu stellen.