

Doc Dreessen rät Das fängt ja gut an ...

(zrcw) - ... das neue Jahr natürlich, liebe Leserinnen und Leser. Hatte ich mich in dieses doch verabschiedet mit einem allerletzten Allergie-Artikel – wie ich meinte; denkste! Zahlreiche Hinweise an die Redaktion zu Fragen insbesondere der Nahrungsmittelunverträglichkeiten lassen den Verdacht aufkommen, dass möglicherweise den einen oder anderen unter Ihnen der eine oder andere Weihnachtsschmaus zu schwer im Magen gelegen hat. Nun gut, dem hätte man kurz und bündig mit einem ‚Verseiferle‘ (= Fettlöser) in Form eines Schnäpschens, Kräuterlikörs oder Magenbitters abhelfen können. Für Kinder ist das natürlich nix! Der im Zusammenhang mit der Regenerierung des Haut-Säureschutz-Mantels – äußerlich aufgetragen versteht sich – wiederholt erwähnte Apfel- oder Obstessig wirkt Wunder nach schwerem Essen. Pur oder halbe/halbe mit Wasser verdünnt und runter damit. Alternativ das gute alte Bullrichsalz oder Kaiser Natron aus dem Dro-Markt, und schon ist die Luft raus aus dem Bauch. Jetzt aber zurück zu Ihren Allergie-Anfragen: Das OAS (das orale Allergie-Syndrom, oral = zu Mund und Mundhöhle gehörig; Syndrom = Vielzahl von Symptomen = Krankheitszeichen) zeigt sich durch eben einzelne (!) oder vielfältige Symptome wie Brennen, Jucken, Schwellungen, Taubheitsgefühlen an Lippen, im Mund-Rachen- und Kehlkopfraum mit Atemnot und Übelkeit während oder kurz nach Verzehr bestimmter Nahrungs- und Genussmittel, also eigentlich sofort. Und damit fällt es ebenso unter die schon früher genannten Allergien vom Typ 1- oder Soforttyp der Pollen- oder Hausstauballergien. In gehäufter Maße sind von diesem oralen Allergie-Syndrom jene Menschen mit Pollen- und Hausstaubmilbenallergien betroffen. Dies liegt an der Ähnlichkeit der Allergenstrukturen, Ähnlichkeit zum Beispiel zwi-



Der Bergedorfer Facharzt für Hauterkrankungen, Dr. Claus Dreessen, klärt in einer beliebten Serie über Hautthemen auf.

Foto: Privat

schen den Feinstrukturen von Birken- oder Haselpollen und denen von Apfel, Nuss und Mandelkern, wie sie frei nach Theodor Storms Gedicht vom Knecht Ruprecht fromme Kinder gern essen. Allergologen können dieses OAS ausdifferenzieren in ein Birkenpollen-Nuss-Obst-Syndrom, ein anderes wäre das Beifuß-Sellerie-Gewürz-Syndrom, weitere sind das Getreide-Gräser-Syndrom, das Hausstaubmilben-Schalentier (Krabbe, Krebse, Muschel usw.)- Syndrom, das eher seltene Traubenkraut (= Ragweed)- Kürbis-/Melone-Syndrom oder das Federn-Vogelei-Syndrom. So, und nun wird's für den Laien ein wenig kompliziert, denn nicht jeder Mensch, der diese oben angeführten Symptome beim Apfel- oder Nuss- oder sonstigem Verzehr bemerkt, muss zugleich auch unter allergischen saisonalen Augenbeschwerden oder Heuschnupfen leiden; und umgekehrt gilt: nicht jeder, der im Frühjahr, Sommer oder ganzjährig unter Nies- und Hust-Attacken leidet, muss automatisch mit den beschriebenen Nahrungsunverträglichkeiten zu tun

Unsere Serie

haben und zwangsläufig ein OSA entwickeln. Beides ist möglich, Einzelnes ist möglich. Wer nun an beidem oder auch nur am OAS leiden sollte, dem sei gesagt, dass zunächst einmal grundsätzlich die Maßnahme erster Wahl das Vermeiden der verdächtigsten oder beim Facharzt ausgetesteten und nachgewiesenen allergenen Nahrungsmittel ist. Auf Deutsch: wer bemerkt hat, dass er auf Erd- oder sonstige Nüsse oder auf einen knackigen Apfel reagiert (dies sind prozentual häufigsten Auslöser), der lässt die erst mal weg. Unter den Äpfeln sind der Golden Delicious und der knatsch grüne Granny Smith sehr viel allergenreicher und damit sehr viel häufiger die Beschwerdeauslöser als Cox, Boskop, Goldparmäne und Gravensteiner. Des Weiteren ist bekannt, dass die Allergene dicht an der Unterseite der Apfelschale sitzen, also ist großzügiges Schälen angesagt, wenn man doch mal ausprobieren möchte. Tauchen dann immer noch Jucken oder Kribbeln am und im Mund auf, dann ausspucken oder gut gekaut kurze Zeit im Munde belassen und prüfen oder warten, ob sich was tut. Wenn ja, dann nicht schlucken sondern (aus-)spucken. Und schließlich wissen wir, dass Allergene hitzelabil sind; also gebacken, gebraten, gekocht, gesotten dürfen Sie es versuchen mit Apfelkuchen und -kompotten. Denn Sie wissen ja: »one apple a day keeps the doctor away.« Und eine weitere positive Aussicht bringt uns das neue Jahr. Ab Dezember 2014 müssen auch für offene Lebensmittel wie beim Bäcker oder Kaufmann oder in Restaurants kennzeichnende Hinweise gegeben werden, wenn diese auch nur Spuren von allergenen Resten, wie zum Beispiel Nüsse oder Fischeiweiß enthalten oder mit diesen in Kontakt gekommen sein könnten. Na dann, guten Appetit!

Ihr Dr. Claus Dreessen
www.dreessendoc.com