

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Das orale Allergiesyndrom ist eine Erkrankung des Immunsystems, bei der harmlose Bestandteile von Nahrungsmitteln zu einer örtlich begrenzten Reaktion der Mundschleimhaut und des Rachens führen. Mitunter wird auch der Begriff pollenassoziertes Lebensmittelallergiesyndrom verwendet.

Die Beschwerden äußern sich meist als Juckreiz bzw. Kratzen im Mundraum und Schwellungsgefühl der Zunge. Sie treten wenige Minuten nach dem Genuss bestimmter roher Obst- und Gemüsesorten bzw. Gewürzen auf. Ca. 50 - 70 % aller Pollenallergiker sind davon betroffen. Dabei ist die Symptomstärke stark von der Menge der konsumierten Nahrungsmittel abhängig. In seltenen Fällen können auch Husten, Atemnot, Durchfälle oder gar ein allergischer Schock auftreten.

Ursache sind Eiweißmoleküle in den Nahrungsmitteln, die den allergieauslösenden Bestandteilen von Blütenpollen und anderen Allergenen (z.B. Hausstaubmilben, Latex) sehr ähnlich sind. Viele der Eiweiße, die das orale Allergiesyndrom auslösen, sind nicht hitzestabil. Dann treten die Beschwerden nicht auf, wenn die betreffenden Obst- und Gemüsesorten gebacken oder gekocht wurden. Da die Symptome auch außerhalb der Blütezeit vorkommen, bringen viele Patientinnen und Patienten die Beschwerden nicht mit einer vorbestehenden Allergie z.B. gegen Birkenpollen in Verbindung.

Mehrere Obst- und Gemüsesorten lassen sich einem bestimmten "Leitallergen" zuordnen. Typische Kombinationen von Allergenen und den Symptomen des oralen Allergiesyndroms auslösenden Obst- und Gemüsesorten sind:

Frühblüherpollen: Haselnüsse, Walnüsse, Äpfel, Birnen, Pfirsich, Kirschen,
(z.B. Birke, Erle, Hasel) Aprikose, Karotten, Tomaten

Gräserpollen: Thymian, Soja, Kartoffel, Petersilie

Kräuterpollen: Anis, Dill, Paprika, Kümmel, Knoblauch, Koriander
(z.B. Beifuß, Wegerich)

Ragweed/Ambrosia: Zuckermelone, Honigmelone, Zucchini

Latex: Banane, Feige, Avocado

Hausstaubmilbe: Shrimps, Weinbergschnecken

Zur Behandlung kommt neben dem Meiden der entsprechenden Lebensmittel bei leichten Beschwerden auch die Einnahme eines Antihistaminikums in Frage.

Da sich die Symptome des oralen Allergiesyndroms häufig erst im Verlauf von einigen Jahren nach Auftreten der "Hauptallergie" entwickeln, ist die frühzeitige, ursächliche Behandlung der Allergie durch eine sogenannte systemische Immuntherapie ("Allergieimpfung", früher Hyposensibilisierung genannt) in vielen Fällen empfehlenswert.

Gute Besserung wünscht Ihnen

Ihr Team der Gruppenpraxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde Dr. Rieger & Dr. Hopf