






# Kruisreacties overzicht

Soms reageren mensen die allergisch zijn voor bijvoorbeeld gras- en/of boompollen ook op bepaalde voedingsmiddelen, met name groente en fruit. In onderstaand overzicht staan de meest voorkomende kruisreacties.

<p>Allergisch voor <b>Boompollen</b> (o.a. berk, els, hazelaar)</p>		<p>Allergisch voor <b>Graspollen</b> (o.a. timotheegras, beemdlangbloem, kropaar)</p>			
<p><b>Mogelijke reactie op:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aardbei</li> <li>○ Abrikoos</li> <li>○ Ananaskers</li> <li>○ Appel</li> <li>○ Braam</li> <li>○ Carambola (sterfruit)</li> <li>○ Framboos</li> <li>○ Jackfruit</li> <li>○ Kaki/Sharon-fruit</li> <li>○ Kers</li> <li>○ Kiwi</li> <li>○ Mango</li> <li>○ Meloen</li> <li>○ Nachtschaden (bijv. Aardappel, Aubergine, Tomaat etc.)</li> <li>○ Nectarine</li> <li>○ Noten (bijv. amandelen, hazelnoten, walnoten, pecannoten, paranoten en macadamianoten)</li> <li>○ Peer</li> <li>○ Perzik</li> <li>○ Pinda</li> <li>○ Pruim</li> <li>○ Rozebottel</li> <li>○ Schermbloemigen (bijv. Knolselderij, Pastinaak, Peterselie, Bleekselderij etc.)</li> <li>○ Soja (vers)</li> <li>○ Vijg</li> </ul>		<p><b>Mogelijke reactie op:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aardappel</li> <li>○ Gerst</li> <li>○ Haver</li> <li>○ Meloen</li> <li>○ Peulvruchten (met name pinda en soja)</li> <li>○ Paprika</li> <li>○ Pinda</li> <li>○ Rogge</li> <li>○ Soja</li> <li>○ Tarwe</li> <li>○ Tomaat</li> <li>○ Wortel</li> </ul>			
<p>Allergisch voor <b>Bijvoet</b></p>		<p>Allergisch voor <b>Huisstofmijt</b></p>		<p>Allergisch voor <b>Koemelk</b></p>	
<p><b>Mogelijke reactie op:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Anijs</li> <li>○ Karwij</li> <li>○ Kerrie</li> <li>○ Knoflook</li> <li>○ Koriander</li> <li>○ Mango</li> <li>○ Meloen</li> <li>○ Paprika</li> <li>○ Peterselie</li> <li>○ Selderij</li> <li>○ Tomaat</li> <li>○ Venkel/venkelzaad</li> <li>○ Wortel</li> </ul>		<p><b>Mogelijke reactie op:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Meelworm</li> <li>○ Mossel</li> <li>○ Schaaldieren (bijv. garnaal, kreeft)</li> <li>○ Sprinkhaan</li> <li>○ Weekdieren (bijv. inktvis, wijngaardslak)</li> </ul>		<p><b>Mogelijke reactie op:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Geitenmelk</li> <li>○ Kamelenmelk</li> <li>○ Paardenmelk</li> <li>○ Rundvlees</li> <li>○ Schapenmelk</li> <li>○ Varkensvlees</li> </ul>	

Bovenstaande tabel is tot stand gekomen in samenwerking met Mevr. J. van der Velde-Elbersen, diëtist en gespecialiseerd op gebied van voedselovergevoeligheid. Mevr. Van der Velde-Elbersen werkt nauw samen met de allergologen in het Allergiecentrum Zuid-Nederland in Tilburg.

# Allergiekalender

	JAN	FEB	MRT	APR	MEI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
<b>GRASSEN</b>												
Timothee												
Engels raaigras												
Kropaar												
Beemdlangbloem												
Grote vossenstaart												
<b>BOMEN</b>												
Berk												
Els												
Hazelaar												
<b>(ON)KRUIDEN</b>												
Bijvoet												
<b>DIVERSEN</b>												
Dierlijke epithelia	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Mijten	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

 Bloeiperiode	 Meer aanwezig ^	 Minder aanwezig ^
--	---	---

Bovenstaande allergenenkalender geeft een indicatie van wanneer de allergenen het meest in de lucht aanwezig zijn. Dit kan per seizoen verschillen. Bronnen: Derksen, J.W.M., Wissen, H.A.W.M. van, Marijnissen, J.W.M.: Pollen en Hooikoorts, Derksen, J.W.M., Wijk, R.G. van, Smithuis L.O.M.: Het Allergieboek, Wegwijzer in leven met allergieën, Bronswijk, J.E.M.H van: House Dust Biology en de websites: [www.pollennieuws.nl](http://www.pollennieuws.nl), [www.natuurkalender.nl](http://www.natuurkalender.nl), [www.soortenbank.nl](http://www.soortenbank.nl).

[www.allesoverallergie.nl](http://www.allesoverallergie.nl)

## Extra informatie

- Bloeiseizoenen kunnen per jaar (iets) verschillen, vanwege de invloed van het weer.
- In bepaalde bloeiseizoenen kunnen kruisreacties sterker of juist minder sterk naar voren komen.
- De gevoeligheid voor kruisreacties verschilt per persoon. Voor deskundig advies over kruisreacties en tips met betrekking tot het consumeren van de betreffende voedingsmiddelen, zou het verstandig kunnen zijn om een diëtist te raadplegen.
- Kijk voor meer informatie over allergie op de website [allesoverallergie.nl](http://allesoverallergie.nl). Deze website is een initiatief van ALK en je vindt er onder andere informatie over:
  - Symptomen bij verschillende allergieën
  - Handige tips hoe je ermee om kunt gaan
  - Verschillende behandelmogelijkheden

  
Allergologisch Laboratorium Kopenhagen

Postbus 60022  
1320AA Almere  
Nederland

T 0031 36 539 78 40  
[infonl@alk.net](mailto:infonl@alk.net)  
[www.alk.net/nl](http://www.alk.net/nl)