

Großer Allergie Test
TESTERGEBNIS

Ihr Testergebnis

Eine Sensibilisierung gegenüber verschiedenen Allergenen lässt sich über die Messung der IgE-Antikörper im Blut nachweisen. Sollte Ihr Körper auf bestimmte Allergene allergisch reagieren, setzt er IgE-Antikörper frei, um diese Allergene auszuschalten. Daraufhin kann es zu einer Reihe unterschiedlicher Symptome wie Hautausschlag, Atembeschwerden oder Schwellungen im Rachen kommen.

In Ihrer Probe konnten IgE-Antikörper nachgewiesen werden.

<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>
<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Glaskraut</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Katzenschuppen</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Pferdeschuppen</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Latex</p>
<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>
<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Cladosporium herbarum</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Erle</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Bahiagrass</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Tomate</p>
<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>	<p>Stärke 1</p> <p>● ○ ○ ○ ○ ○</p>
<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Karotte</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Sellerie</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Senf</p>	<p>1</p> <p>Reaktion</p> <p>Zwiebel</p>

<p>Stärke 1</p> <p>●○○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Mango</p>	<p>Stärke 1</p> <p>●○○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Rind</p>	<p>Stärke 1</p> <p>●○○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Huhn</p>	<p>Stärke 1</p> <p>●○○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Mais</p>
<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Beifuß</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Birke</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Pappel</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Zypresse</p>
<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Hundszahngras</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Wiesenlieschgras</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Knoblauch</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Apfel</p>
<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Milch</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Lachs</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Thunfisch</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Hafer</p>
<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Reis</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Sesam</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Soja</p>	<p>Stärke 3</p> <p>●●●○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Erdnuss</p>
<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Bohne, grün</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Kartoffel</p>	<p>Stärke 2</p> <p>●●○○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Haselnuss</p>	<p>Stärke 3</p> <p>●●●○○○</p> <p>1 Reaktion</p> <p>Milben-Mix</p>

Stärke 3



1

Reaktion

Hundeschuppen

Stärke 3



1

Reaktion

Olive

Stärke 3



1

Reaktion

Roggen

Stärke 3



1

Reaktion

Banane

Stärke 3



1

Reaktion

Orange

Stärke 3



1

Reaktion

Pfirsich

Stärke 3



1

Reaktion

Ananas

Stärke 3



1

Reaktion

Eiklar

Stärke 3



1

Reaktion

Dorsch

Stärke 3



1

Reaktion

Gerste

Stärke 4



1

Reaktion

Ambrosia

Stärke 4



1

Reaktion

Spitzwegerich

Stärke 4



1

Reaktion

Küchenschaben-Mix

Stärke 4



1

Reaktion

Birkenfeige

Stärke 4



1

Reaktion

Hasel

Stärke 4



1

Reaktion

Gras Mix

Stärke 4



1

Reaktion

Erdbeere

Stärke 4



1

Reaktion

Kiwi

Stärke 4



1

Reaktion

Garnele

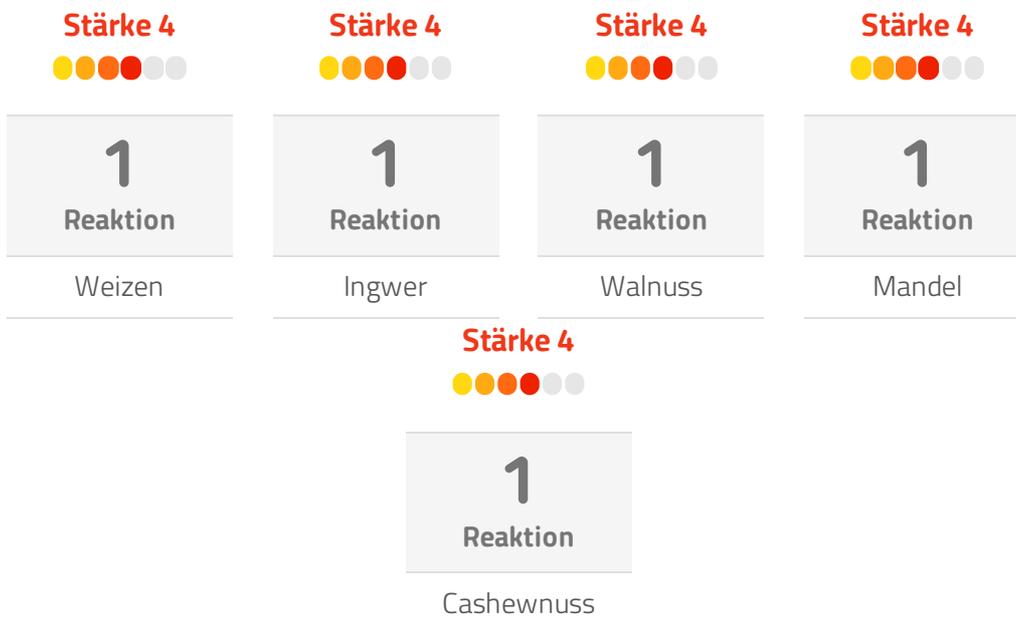
Stärke 4



1

Reaktion

Lamm



Bewertung

Eine Allergie entsteht, wenn das Immunsystem gegen eigentlich harmlose Substanzen eine Abwehrreaktion entwickelt. Dieser Prozess geschieht in zwei Schritten. Der erste Schritt ist die **Sensibilisierung**, bei der das Allergen das erste mal auf das Immunsystem trifft. Das Immunsystem entwickelt spezielle IgE-Antikörper, um auf ein erneutes Zusammentreffen mit dem Allergen vorbereitet zu sein. Bei **erneutem Kontakt**, also beim zweiten Schritt dieses Prozesses, erkennt das Immunsystem das Allergen als schädlich an und spezielle Immunzellen werden aktiviert. Im Ablauf dieser Reaktion kommt es unter anderem zur Freisetzung von Histamin, welches die typischen Symptome wie Niesen, Husten und Hautausschläge verursacht. Dieser Test untersucht und thematisiert Pollen- und Lebensmittelallergene.

Welche Ursachen hinter einer Allergie stecken, konnte die Forschung nicht genau klären. Wenn ein oder beide Elternteile an einer Allergie leiden, ist es möglich, diese zu vererben. Ebenfalls soll das Aufwachsen in einer zu sterilen Umwelt das Risiko einer Allergie erhöhen. Eventuell begünstigt auch ein Ungleichgewicht der Darmbakterien die Entstehung einer Allergie.¹

Ihre Messergebnisse

Wie von Ihnen gewünscht haben wir Ihr Blut auf sogenannten IgE-Antikörper gegenüber 61 verschiedenen Allergenen untersucht. Diese sind nachfolgend in einzelne Gruppen eingeteilt: Pollen, Tiere, Gemüse, Obst, Tierische Produkte, Getreide, Nüsse, Samen & Hülsenfrüchte und Sonstiges.

Pollen	
Parameter	Stärke der Reaktion
Ambrosia	●●●●●●
Bahiagrass	●●●●●●
Beifuß	●●●●●●
Birke	●●●●●●
Birkenfeige	●●●●●●
Erle	●●●●●●
Glaskraut	●●●●●●
Gras Mix	●●●●●●
Hasel	●●●●●●
Hundszahngras	●●●●●●
Olive	●●●●●●
Pappel	●●●●●●
Roggen	●●●●●●
Spitzwegerich	●●●●●●
Wiesenlieschgras	●●●●●●
Zypresse	●●●●●●

Tiere	
Parameter	Stärke der Reaktion
Hundeschuppen	●●●●●●
Katzenschuppen	●●●●●●
Küchenschaben-Mix	●●●●●●
Milben-Mix	●●●●●●
Pferdeschuppen	●●●●●●

Gemüse	
Parameter	Stärke der Reaktion
Bohne, grün	●●●●●●
Karotte	●●●●●●
Kartoffel	●●●●●●
Knoblauch	●●●●●●
Sellerie	●●●●●●
Tomate	●●●●●●
Zwiebel	●●●●●●

Obst	
Parameter	Stärke der Reaktion
Ananas	●●●●●●
Apfel	●●●●●●
Banane	●●●●●●
Erdbeere	●●●●●●
Kiwi	●●●●●●
Mango	●●●●●●
Orange	●●●●●●
Pfirsich	●●●●●●

Tierische Produkte	
Parameter	Stärke der Reaktion
Dorsch	●●●●●●
Eiklar	●●●●●●
Garnele	●●●●●●
Huhn	●●●●●●
Lachs	●●●●●●
Lamm	●●●●●●
Milch	●●●●●●
Rind	●●●●●●
Thunfisch	●●●●●●

Getreide	
Parameter	Stärke der Reaktion
Gerste	●●●●●●
Hafer	●●●●●●
Mais	●●●●●●
Reis	●●●●●●
Weizen	●●●●●●

Nüsse, Samen & Hülsenfrüchte	
Parameter	Stärke der Reaktion
Cashewnuss	●●●●●●
Erdnuss	●●●●●●
Haselnuss	●●●●●●
Mandel	●●●●●●
Sesam	●●●●●●
Soja	●●●●●●
Walnuss	●●●●●●

Sonstiges	
Parameter	Stärke der Reaktion
Cladosporium herbarum	●●●●●●
Ingwer	●●●●●●
Latex	●●●●●●
Senf	●●●●●●

Ihr individueller Ergebnisbericht

Bedeutung Ihrer IgE-Ergebnisse

Ihre IgE-Konzentrationen wurden in drei Reaktionsklassen kategorisiert, die wir Ihnen auf den folgenden Seiten weiter erläutern möchten. Dabei wird zwischen keinen (0 Kreise), schwachen (1-2 Kreise) und starken (3-6 Kreise) Reaktionen unterschieden.

Wie wird eine Sensibilisierung erkannt?

Wir weisen in Ihrem Blut Immunglobuline der Gruppe "E" also IgE nach. Das sind Antikörper, die aus Eiweißen bestehen und im Blutserum nachgewiesen werden können.

Sie werden vom Körper als Abwehrreaktion auf fremde Stoffe produziert, die er als gefährlich einstuft.

Wenn wir in Ihrem Blut IgE nachgewiesen haben, liegt eine Sensibilisierung gegen das Allergen vor. Sensibilisierung bedeutet hier, dass Ihr Körper nach dem ersten Kontakt mit dem Allergen eine **Reaktion des Immunsystems** gezeigt hat. Dies bedeutet, dass Ihr Körper eine erhöhte Neigung zeigt, allergisch zu reagieren. Eine Sensibilisierung muss aber nicht immer zu Symptomen führen. Treten Symptome sofort nach dem Kontakt auf (bzw. bis zu zwei Stunden danach), kann es sich um eine IgE-vermittelte-Allergie handeln.

Was bedeuten die Reaktionen für mich?

„Keine Reaktion“

Wir konnten keine Sensibilisierung auf das Allergen in Ihrem Blut nachweisen. Eine „klassische“ Allergie des Typ 1 (Sofortreaktion bei Kontakt mit dem Allergen) ist demnach nicht wahrscheinlich.

Schwache Reaktion (1 bis 2 Kreise)

Wir haben eine schwache bis geringe Sensibilisierung auf das betreffende Allergen finden können. Jeder Mensch reagiert unterschiedlich. Deswegen kann eine Allergie auch bei geringen Sensibilisierungen bzw. unauffälligen Ergebnissen vorliegen. Achten Sie deswegen unbedingt auf Symptome, die sofort oder spätestens zwei Stunden nach dem Kontakt mit dem Allergen auftreten:

- + Asthma bzw. Bronchitis (Husten, Atembeschwerden)
- + Schnupfen bzw. häufige Entzündungen der Nase
- + häufiges Niesen
- + Augenjucken und -brennen, ggf. Bindehautentzündungen
- + Hautausschläge (z. B. Ekzem, Nesselsucht)
- + Schwellungen der Augen oder im Bereich des Mundes und / oder Rachens
- + Magen-Darm-Beschwerden / Verdauungsstörungen / Blähungen/ Durchfallneigung
- + Sonstige Reaktionen, die auf eine Überempfindlichkeit hinweisen könnten



Bei Auftreten einer oder mehrerer Symptome ist eine medizinische Beratung und eine Allergiebehandlung empfehlenswert.

Starke Reaktion (3 bis 6 Kreise)

Wir haben in Ihrem Blut eine starke Sensibilisierung auf das Allergen nachgewiesen. Dies allein bedeutet nicht, dass eine Allergie vorliegt, sondern dass Ihr Körper eine erhöhte Bereitschaft zeigt, allergisch zu reagieren. Genau wie bei einer milden bis moderaten

Reaktion ist es sinnvoll, auf etwaige Symptome, die direkt nach dem Kontakt mit dem Allergen auftreten, zu achten.



Wenn bei Ihnen eine IgE-Reaktion auf ein Allergen auftritt und Sie außerdem unter starken Beschwerden leiden, suchen Sie einen Therapeuten auf, der in der Allergiediagnostik erfahren ist und Sie im weiteren Vorgehen bei der Behandlung der Allergie unterstützen kann.

Eine Reaktion wurde gemessen, aber es liegen keine Symptome vor?

Wenn Sie im IgE-Test reagieren, aber keine Symptome spüren, kann dies ein Zeichen dafür sein, dass Ihr Körper einen Selbstschutz aufgebaut hat (Immuntoleranz). Eine weitere Möglichkeit ist, dass eine Kreuzreaktion die eigentliche Ursache der gemessenen Reaktion ist. Manche Allergene weisen einen ähnlichen Aufbau auf. Das Immunsystem kann unter Umständen zwei unterschiedliche Allergene nicht voneinander unterscheiden, sodass es beim Kontakt mit beiden Stoffen zur allergischen Reaktion kommen kann.

Erläuterung Allergien allgemein

Eine Allergie entsteht, wenn der Körper überempfindlich auf körperfremde Substanzen, sogenannte Allergene, reagiert. Solche Allergene bedeuten in der Regel keine Gefahr für den Körper. Bei einem Allergiker hingegen bildet das Immunsystem Abwehrstoffe (IgE-Antikörper) gegen diese Substanzen und versucht damit, die vermeintlich schädlichen Stoffe abzuwehren.

Diese Antikörper bilden sich beim ersten Kontakt mit dem Allergen und binden sich an bestimmte Zellen. Hier wird von einer "Sensibilisierung" gesprochen. Kommt es zu einem erneuten Kontakt mit dem Allergen, setzen diese Zellen bestimmte Stoffe frei, die allergische Reaktionen wie z.B. Husten oder Hautausschlag auslösen. Allein in Deutschland sind rund 30 Millionen Menschen von Allergien betroffen. Dabei können Allergene unterschiedlichen Ursprungs sein. Es gibt Pollen, Hausstaubmilben, Haus- und Nutztiere, aber auch Nahrungsmittel, Medikamente oder sogenannte Kontaktallergene wie z.B. Latex, die eine Allergie auslösen können.

Kreuzreaktionen

Allergene haben eine ganz besondere chemische Struktur. Wenn zwei Allergene aus unterschiedlichen Quellen von ihrem Aufbau sehr ähnlich sind, kann es zu Kreuzreaktionen, auch Kreuzallergien genannt, kommen. Dabei verwechselt das Immunsystem ein unbedenkliches Allergen mit einem schädlichen Allergen aufgrund der ähnlichen chemischen Struktur. Es kommt zu allergischen Reaktionen.

Am häufigsten ist eine Kreuzreaktion zwischen Inhalationsallergenen wie Pollen und Nahrungsmitteln. Diese werden auch pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien genannt. Bei einer Latexallergie kann es ebenfalls zu Kreuzreaktionen mit Nahrungsmitteln kommen, da die Eiweiße in manchen Früchten oder Gemüsesorten den Latexallergenen chemisch stark ähneln. Ebenfalls ist bei einer Allergie auf Hausstaubmilben eine Kreuzreaktion mit Krebs- und Weichtieren möglich, da die Eiweiße in den Hausstaubmilben sehr ähnlich zu denen der Krebs- und Weichtiere sind.

Im folgenden haben wir Ihnen die verschiedenen Lebensmittel aufgezeigt, die mit bestimmten Allergenen Kreuzreaktionen auslösen können.

	Birkenpollen	Beifußpollen	Gräserpollen	Ambrosiapollen	Hausstaubmilbe	Latex (Gummibaum)
Haselnuss	×					
Mandel	×					
Apfel	×	×	×			
Birne	×					
Kirsche	×					
Pfirsich	×					
Nektarine	×					
Aprikose	×					
Pflaume	×					
Erdbeere	×					

	Birkenpollen	Beifußpollen	Gräserpollen	Ambrosiapollen	Hausstaubmilbe	Latex (Gummibaum)
Kiwi	×	×	×			×
Feige						×
Sellerie	×	×	×			
Karotte	×	×	×			
rohe Kartoffel	×					
Kartoffel		×	×			
Sojabohne	×	×	×			
Erdnuss	×	×	×			
Mungbohne	×					
Kokosnuss	×					

	Birkenpollen	Beifußpollen	Gräserpollen	Ambrosiapollen	Hausstaubmilbe	Latex (Gummibaum)
Walnuss	×					
Banane	×			×		×
Ananas	×					
Papaya	×					
Mango	×	×	×			
Orange	×					
Avocado	×					×
Tomate	×	×	×			
Paprika	×	×	×			
Petersilie	×					

	Birkenpollen	Beifußpollen	Gräserpollen	Ambrosiapollen	Hausstaubmilbe	Latex (Gummibaum)
Basilikum	×					
Zwiebel	×					
Knoblauch	×					
Hopfen	×					
Gurke		×	×	×		
Spinat		×	×			
Lauch		×	×			
Kohl		×	×			
Kresse		×	×			
Senf		×	×			

	Birkenpollen	Beifußpollen	Gräserpollen	Ambrosiapollen	Hausstaubmilbe	Latex (Gummibaum)
Wassermelone				×		
Zucchini				×		
Garnelen					×	
Krabben					×	
Hummer					×	
Shrimps					×	
Schnecken					×	

Wie Sie einer Allergie vorbeugen können

Wichtig zur Vorbeugung von Allergien können unter anderem eine gesunde Darmflora und eine intakte Darmbarriere sein. Je gesünder der Darm, desto weniger körperfremde Stoffe können durch die Darmbarriere schlüpfen und dort das Immunsystem herausfordern. Die folgenden Tipps sollen Ihnen helfen, einen gesunden Darm aufrechtzuerhalten.

5 Tipps für eine gesunde Verdauung im Alltag

Der Darm leidet unter dem modernen Lebensstil, geprägt von Hektik und ungesunder Ernährung. Dabei trägt ein gesunder Lebensstil maßgeblich zur Darmgesundheit bei. Vielleicht finden Sie in der nachfolgenden Liste Ihre Baustellen, die Sie in Angriff nehmen können, um so Ihren Darm zu stärken!

1. Chronischer Stress, übermäßiger Alkohol-, Nikotinkonsum und der hohe Verzehr von raffiniertem Zucker sowie Transfetten aus Fertiggerichten können die Darmschleimhaut angreifen und das Wachstum gesunder Darmbakterien eindämmen. So gelangen mehr Giftstoffe in den Körper. Versuchen Sie mittels Entspannungstechniken wie Yoga, Tai-Chi oder Meditation, den Stress im Alltag zu bewältigen. Reduzieren Sie Alkohol, Zigaretten und versuchen Sie, frisch zu kochen.
2. Kauen Sie gründlich, nehmen Sie sich Zeit und meiden Ablenkungen wie das Smartphone oder Fernsehen beim Essen. Je länger die Nahrung gekaut wird, desto

besser kann die Verdauung im Darm ablaufen und weniger Luft in den Darm gelangen
- Luft im Darm führt zu Blähungen.

- 3.** Regelmäßiger Sport und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr regen die Verdauung an und beugen Verstopfung vor. Bevorzugen Sie stilles Mineralwasser oder Kräutertees.
- 4.** Lassen Sie sich Zeit zwischen den einzelnen Mahlzeiten (3 bis 5 Stunden): Andernfalls ist der Darm überfordert und kommt mit der Verdauung nicht hinterher. Verdauungsbeschwerden können die Folge sein.
- 5.** Lassen Sie sich Zeit beim Toilettengang. Wenn Sie sich zum Stuhlgang zwingen, können vermehrt Probleme im Darm auftreten. Aber auch ein Einhalten des Stuhl ist schlecht, da Schadstoffe in den Körper zurückgelangen können.

5 Ernährungstipps für einen gesunden Darm

Neben dem Lebensstil spielt die Ernährung selbstverständlich im Hinblick auf die Darmgesundheit eine unerlässliche Rolle. Einzelne Nährstoffgruppen unterstützen den Darm in seiner Verdauungsfunktion, fördern das Wachstum gesunder Darmbakterien und beugen Verdauungsprobleme vor.

- 1.** Meiden Sie die Lebensmittel, bei denen Sie wissen, dass eine Allergie oder Unverträglichkeit vorliegt.
- 2.** Bauen Sie ausreichend Ballaststoffe in Ihre Ernährung ein: Diese langkettigen Kohlenhydrate binden Giftstoffe, füttern die gesunden Darmbakterien, halten Sie lange satt und beugen Verstopfungen vor. Besonders Vollkorngetreide(produkte), Obst, Gemüse und Nüsse enthalten Ballaststoffe.
- 3.** Präbiotika sind unverdauliche Nahrungsbestandteile wie Ballaststoffe, die das Wachstum gesunder Darmbakterien fördern. Sie sind enthalten in Chircorée, Pastinaken, Porree, Zwiebeln.
- 4.** Probiotika sind Mikroorganismen wie Bakterien, die unserer Darmgesundheit zugutekommen. Sie vergrößern die Vielfalt gesunder Darmbakterien. Sie sind enthalten in Joghurt, Milch, Dickmilch, Kefir.
- 5.** Bitterstoffe wirken verdauungsfördernd. Sie sind beispielsweise enthalten in Grapefruits, Pomelos, Artischocken und Eisbergsalat.



Haben Sie noch Fragen?

Vereinbaren Sie noch heute Ihren persönlichen kostenfreien Wunschtermin. Unsere Ernährungswissenschaftler*innen melden sich telefonisch bei Ihnen und unterstützen Sie bei der Produktauswahl (Tests, Nahrungsergänzung, Coachings) oder bei Fragen rund um Ihren Test. Sie erhalten einfache und praxisorientierte Antworten passend zu Ihren Fragen und Bedürfnissen.

[Jetzt buchen](#)



Ihre Meinung zählt!

Liebe Kund*innen,
wir von cerascreen® möchten gemeinsam mit Ihnen bestmöglich Ihre Gesundheit schützen. Um Sie weiterhin kompetent zu betreuen und um spezifischer auf Ihre Wünsche und besonders auf Ihre Gesundheit eingehen zu können, freuen wir uns über Ihr Feedback. Vielen Dank im Voraus für Ihre Anregungen!

[Hier zur Umfrage!](#)

Häufig gestellte Fragen

Wie entsteht eine Allergie? _____ ^

Eine Allergie entsteht, wenn der Körper überempfindlich auf körperfremde Substanzen, sogenannte Allergene, reagiert. Bei Allergiker*innen bildet das Immunsystem Abwehrstoffe gegen diese Substanzen (die IgE-Antikörper) und versucht damit, diese schädlichen Stoffe abzuwehren. Diese Antikörper bilden sich beim ersten Kontakt mit dem Allergen und binden sich an bestimmte Zellen. Kommt es zu einem erneuten Kontakt mit dem Allergen, setzen diese Zellen bestimmte Stoffe frei, die allergische Reaktionen wie z.B. Husten oder Hautausschlag auslösen.

Was ist ein anaphylaktischer Schock? _____ ^

Ein anaphylaktischer Schock ist eine seltene, aber lebensbedrohliche allergische Reaktion. Er tritt plötzlich auf und kann die Haut, die Schleimhäute, die Atemwege, den Verdauungsapparat, das Nervensystem und das Herz-Kreislauf-System betreffen. Frühe Warnzeichen wie z.B. ein Juckreiz oder Brennen in den Handinnenflächen, Fußsohlen oder im Genitalbereich, oder ein metallischer Geschmack auf der Zunge, sowie Schluckbeschwerden, Angstgefühle oder Desorientierung, können einen Anaphylaktischen Schock ankündigen.

Was ist eine Kreuzallergie? _____ ^

Allergene haben eine ganz besondere chemische Struktur. Wenn zwei Allergene aus unterschiedlichen Quellen von ihrem Aufbau sehr ähnlich sind, kann es zu Kreuzreaktionen, auch Kreuzallergien genannt, kommen. Dabei verwechselt das Immunsystem ein unbedenkliches Allergen mit einem schädlichen Allergen aufgrund der ähnlichen chemischen Struktur. Es kommt zu allergischen Reaktionen.

Kann ich eine Allergie vorbeugen? _____ ^

Die S3-Leitlinie Allergieprävention gibt folgende Empfehlungen, um das Risiko einer Allergie bei Neugeborenen zu reduzieren, sofern bei den Eltern Allergien bekannt sind: Mutter und Kind sollen sich ausgewogen ernähren und auf keine Lebensmittel verzichten, sofern kein gesundheitlicher Grund vorliegt. Außerdem sollten Mütter in der Schwangerschaft nicht rauchen und Schwangere, Stillende und Kinder sollen nicht mit Schimmelpilzen oder erhöhten Mengen an Autoabgasen in Kontakt kommen. Ob eine Supplementierung mit Omega-3-Fettsäuren in der Schwangerschaft das Risiko einer Allergieentwicklung senkt, konnte noch nicht geklärt werden.⁴

Was ist der Unterschied zwischen einer Allergie und einer Unverträglichkeit? ^

Eine Allergie beschreibt eine Sofort-Reaktion des Immunsystems auf Proteine in Nahrungsmitteln (Allergene), die unverzüglich mit IgE-Antikörpern beseitigen werden sollen. Bei einer Unverträglichkeit hingegen fehlen Enzyme oder sind Proteine defekt, die für die Verdauung von bestimmten Nahrungsbestandteilen, wie Laktose, Fructose, Sorbit oder Histamin, verantwortlich sind. Zudem treten die ersten Beschwerden nach einigen Stunden ein. Eine Glutenunverträglichkeit hingegen stellt eine Kombination aus einer Allergie und einer Unverträglichkeit dar: Die Darmschleimhaut ist entzündet, woraufhin das Immunsystem bei Kontakt mit Gluten Antikörper freisetzt: Es kommt zu typischen Allergie-Beschwerden.

In unserem Gesundheitsportal können Sie sich ausführlicher über das Thema Allergien und Unverträglichkeiten informieren. Klicken Sie hier, um zum Artikel zu gelangen.

<https://www.cerascreen.de/blogs/gesundheitsportal/lebensmittelallergie-unvertraeglichkeit-intoleranz-unterschiede>



Wenn Sie noch Fragen zu Ihrem Ergebnis haben, dann zögern Sie bitte nicht, uns zu kontaktieren.

0385/48592233
(Mo.- Fr. 09:00 - 16:00 Uhr)
oder per Mail über:
fragen@cerascreen.de

Wir lassen Sie mit Ihrem Ergebnis nicht allein und unterstützen Sie auf Ihrem Weg in ein beschwerdefreies Leben. Ihr cerascreen Team

Literatur

¹ R. Valenta, H. Hochwallner, B. Linhart, und S. Pahr, „Food Allergies: The Basics“, Gastroenterology, Bd. 148, Nr. 6, S. 1120-1131.e4, Mai 2015, doi: 10.1053/j.gastro.2015.02.006.

² „The role of the gut microbiota in food allergy. - PubMed - NCBI“
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27749359> (zugegriffen Apr. 27, 2020).

³ A. Riiser, „The human microbiome, asthma, and allergy“, Allergy, Asthma & Clinical Immunology, Bd. 11, Nr. 1, S. 35, Dez. 2015, doi: 10.1186/s13223-015-0102-0.

⁴ Deutsche Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI), und Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ), „S3 Leitlinie Allergieprävention“, 2014, Zugegriffen: Feb. 25, 2019. [Online]. Verfügbar unter:
https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/061-016I_S3_Allergiepraevention_2014-07-abgelaufen.pdf