

# Inhalt

## **Vorwort**

Diätetik in der Allergologie: Diätvorschläge, Positionspapiere und Leitlinien zu Nahrungsmittelallergie und anderen Unverträglichkeiten  
*I. Reese und T. Werfel*

V

## **Einführung**

Eliminationsdiäten bei Nahrungsmittelallergie und anderen Unverträglichkeitsreaktionen aus der Sicht des Arbeitskreises "Diätetik in der Allergologie"

*I. Reese, C. Binder, B. Bunselmeyer, A. Constien, C. Kugler, U. Körner, S. Lämmel, C. Schäfer, A. Werning und M. Ziegert*

1

Aktualisierung der Lebensmittelkennzeichnung: Was ändert sich für den Allergiker?

*U. Körner, C. Schäfer, C. Binder, B. Bunselmeyer, A. Constien, C. Kugler, S. Lämmel, I. Reese, A. Werting und M. Ziegert*

7

## **Diätempfehlungen bei Nahrungsmittelallergien**

Allgemeine Empfehlungen für eine hühnereifreie Ernährung

13

Allgemeine Empfehlungen für eine kuhmilchfreie Ernährung

17

Allgemeine Empfehlungen für eine sojafreie Ernährung

21

Allgemeine Empfehlungen für eine weizenfreie Ernährung

25

Allgemeine Empfehlungen für eine erdnussfreie Ernährung

29

Allgemeine Empfehlungen für eine Schalenfrucht ("nuss")-freie Ernährung

31

Allgemeine Empfehlungen für eine sesamfreie Ernährung

35

Allgemeine Empfehlungen für eine fischfreie Ernährung

37

Allgemeine Empfehlungen für eine senffreie Ernährung

41

Allgemeine Empfehlungen für eine lupinenfreie Ernährung

43

Allgemeine Empfehlungen für eine weichtierfreie Ernährung

45

Lebensmittelauswahl für eine hühnerei- und kuhmilchfreie Ernährung

47

Lebensmittelauswahl für eine hühnerei- und weizenfreie Ernährung

49

Lebensmittelauswahl für eine hühnerei- und sojafreie Ernährung

51

Lebensmittelauswahl für eine hühnerei- und erdnussfreie Ernährung

53

Lebensmittelauswahl für eine hühnerei- und fischfreie Ernährung

55

Lebensmittelauswahl für eine kuhmilch- und weizenfreie Ernährung

57

Lebensmittelauswahl für eine kuhmilch- und sojafreie Ernährung

59

Lebensmittelauswahl für eine kuhmilch- und erdnussfreie Ernährung	61
Lebensmittelauswahl für eine soja- und weizenfreie Ernährung	63
Lebensmittelauswahl für eine soja- und erdnussfreie Ernährung	65
Lebensmittelauswahl für eine erdnuss- und lupinenfreie Ernährung	67
Lebensmittelauswahl für eine schalenfrucht- und erdnussfreie Ernährung	69
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, soja- und weizenfreie Ernährung	71
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, weizen- und kuhmilchfreie Ernährung	73
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, kuhmilch- und sojafreie Ernährung	75
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, kuhmilch- und erdnussfreie Ernährung	77
Lebensmittelauswahl für eine kuhmilch-, hühnerei- und fischfreie Ernährung	79
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, kuhmilch-, soja- und erdnussfreie Ernährung	81
Lebensmittelauswahl für eine hühnerei-, weizen-, kuhmilch- und sojafreie Ernährung	83
<b>Diätempfehlungen bei Kreuzreaktionen und Typ IV Reaktionen</b>	
Allgemeine Empfehlungen für eine Ernährung bei pollenassoziierter Nahrungsmittelallergie	85
Allgemeine Empfehlungen für eine Ernährung bei latexassoziierter Nahrungsmittelallergie	89
Nickelarme Diät	91
<b>Diätempfehlungen bei nicht allergischen Unverträglichkeiten</b>	
Lebensmittelauswahl bei Pseudoallergie	95
Lebensmittelauswahl bei Laktoseunverträglichkeit (Milchzuckerunverträglichkeit)	97
Fruktosemalabsorption	101
Kombinierte Zuckerverwertungsstörungen: Laktose-, Fruktoseunverträglichkeiten	105
<b>Provokation bei Nahrungsmittelallergie</b>	
Provokationen bei Nahrungsmittelallergie	109
Nahrungsmittelprovokation für Säuglinge und Kleinkinder	110
Nahrungsmittelprovokation für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	112
Beispiele für geeignete Lebensmittel und Adressen	114
Weitere Tipps zum Verdecken oder Verstecken von Lebensmitteln	115
Eigene Rezepte	116
<b>Vorgaben für eine sichere Diagnostik bei Verdacht auf Zöliakie</b>	
Vorgaben für eine sichere Diagnostik bei Verdacht auf Zöliakie	117

## Positionspapiere und Leitlinien

Standardisierung von oralen Provokationstests bei Nahrungsmittelallergien <i>B. Niggemann, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, L. Jäger, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, I. Vieluf, S. Vieths, T. Zuberbier und T. Werfel</i>	119
Hauttestungen mit Nahrungsmittelallergenen <i>M. Henzgen, B.K. Ballmer-Weber, S. Erdmann, T. Fuchs, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, S. Vieths, T. Zuberbier und T. Werfel</i>	131
In-vitro-Diagnostik und molekulare Grundlagen von IgE-vermittelten Nahrungsmittelallergien <i>J. Kleine-Tebbe, B. Ballmer-Weber, K. Beyer, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, I. Huttegger, U. Jappe, L. Jäger, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, Z. Szépfalusi, S. Vieths, M. Worm, T. Zuberbier und T. Werfel</i>	137
Keine Empfehlung für IgG- und IgG <sub>4</sub> -Bestimmungen gegen Nahrungsmittel <i>J. Kleine-Tebbe, I. Reese, B.K. Ballmer-Weber, K. Beyer, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, A. Heratizadeh, I. Huttegger, L. Jäger, U. Jappe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, J. Saloga, Z. Szépfalusi, T. Zuberbier, T. Werfel, S. Vieths und M. Worm</i>	155
IgG <sub>4</sub> -Bestimmungen gegen Nahrungsmittel werden nicht zur Diagnostik empfohlen <i>S.O. Stapel, R. Asero, B.K. Ballmer-Weber, E.F. Knol, S. Strobel, S. Vieths und J. Kleine-Tebbe</i>	157
Nahrungsmittelallergien durch immunologische Kreuzreaktionen <i>M. Henzgen, S. Vieths, I. Reese, S. Erdmann, T. Fuchs, L. Jäger, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, J. Saloga, I. Vieluf, T. Zuberbier und T. Werfel</i>	163
Vorgehen bei vermuteter Nahrungsmittelallergie bei atopischer Dermatitis <i>T. Werfel, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, S. Vieths, M. Worm und T. Zuberbier</i>	177
Diagnostisches Vorgehen bei Verdacht auf eine pseudoallergische Reaktion durch Nahrungsmittelinhaltsstoffe <i>I. Reese, T. Zuberbier, B. Bunselmeyer, S. Erdmann, M. Henzgen, T. Fuchs, L. Jäger, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, J. Saloga, S. Vieths und T. Werfel</i>	187
Neue Deklarationspflicht für Nahrungsmittelallergene in Lebensmitteln <i>S. Vieths, T. Holzhauser, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, I. Vieluf, T. Zuberbier und T. Werfel</i>	197
Therapiemöglichkeiten bei der IgE-vermittelten Nahrungsmittelallergie <i>U. Lepp, B. Ballmer-Weber, K. Beyer, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, A. Heratizadeh, I. Huttegger, U. Jappe, J. Kleine-Tebbe, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, C. Schäfer, Z. Szépfalusi, S. Vieths, T. Werfel, T. Zuberbier, M. Worm, Arbeitsgruppe "Nahrungsmittelallergie" der DGAI</i>	205
Fruktosemalabsorption <i>C. Schäfer, I. Reese, B.K. Ballmer-Weber, K. Beyer, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, I. Huttegger, U. Jappe, J. Kleine-Tebbe, U. Lepp, B. Niggemann, M. Raithel, J. Saloga, Z. Szépfalusi, S. Vieths, T. Werfel, T. Zuberbier und M. Worm</i>	215
Therapiemöglichkeiten bei der IgE-vermittelten Nahrungsmittelallergie <i>U. Lepp, B. Ballmer-Weber, K. Beyer, S. Erdmann, T. Fuchs, M. Henzgen, A. Heratizadeh, I. Huttegger, U. Jappe, J. Kleine-Tebbe, B. Niggemann, M. Raithel, I. Reese, J. Saloga, C. Schäfer, Z. Szépfalusi, S. Vieths, T. Werfel, T. Zuberbier, M. Worm, Arbeitsgruppe "Nahrungsmittelallergie" der DGAKI</i>	219