

### Nicht-Zöliakie Gluten/Weizen/Getreide-Intoleranz

Immer mehr Menschen stellen bei sich selbst eine Unverträglichkeit von Gluten-haltigen Getreide-Produkten fest, ohne dass eine Zöliakie oder Getreide-Allergie nachgewiesen werden kann. Die Betroffenen klagen über Reizdarm-artige Beschwerden, aber auch über extraintestinale Symptome wie Müdigkeit und Abgeschlagenheit. „Die Pathophysiolo-

gie diese Krankheitsbildes ist nicht eindeutig geklärt, möglicherweise liegen den Beschwerden auch durchaus unterschiedliche Mechanismen zugrunde“, so Andresen. Es gebe Hinweise, dass Immunreaktionen gegen in Getreide befindliche Eiweiße wie Gluten oder Amylase-Trypsin-Inhibitoren, die zu einer Barriestörung und einer Inflammation in der intestinalen Mukosa führen, eine wichtige Rolle spielen.

### Gibt es das wirklich?

# Allergisch auf Fleisch!



**Fleischallergien gehören zu den neuen Allergien. Sie sind erst seit einigen Jahren bekannt. Auch handelt es sich um eher seltene Krankheitsbilder.**

„Welche Fleischsorten ein Fleischallergiker verträgt, hängt davon ab, gegen welches Allergen er sensibilisiert ist“, erläuterte Prof. Christian Taube, Essen. Bei den verschiedenen Fleischsorten seien verschiedene Allergene identifiziert worden. Dabei handelt es sich um eine klassische IgE-vermittelte Typ-1-Reaktion. Als Allergene fungieren glykolisierte Proteine, also Proteine mit einer Kohlenhydratseitenkette wie die  $\alpha$ -Galaktose. Diese Zucker gibt es in Rind-, Schweine- und Lammfleisch. Eine Sensibilisierung gegen  $\alpha$ -Galaktose kann z. B. durch einen Zeckenbiss induziert werden. Gerade in Zecken-Epidemiegebieten sollte daher bei bisher unerklärlichen anaphylaktischen Reaktionen an eine Fleischallergie gedacht werden.

Die Diagnose einer Fleischallergie kann schwierig sein, da die klassischen Symptome wie Tachykardie, gastrointestinale Beschwerden, Urtikaria, Dyspnoe und Angioödem erst 3–6 Stunden nach Verzehr von Fleisch auftreten. Dadurch unterscheidet sie sich von anderen Nahrungsmittelallergien, bei denen die Symptome schon 5–30 Minuten nach Verzehr des betroffenen Nahrungsmittels manifest werden. ■ sti

Quelle: Pneumo-Update 2018 in Wiesbaden

Die Abgrenzung zu einem Reizdarm-Syndrom kann schwierig sein, zumal es Reizdarm-Patienten gibt, die auf eine Gluten-freie Diät ansprechen. Eine Gluten-freie Ernährung als besonders gesunde Kost zu empfehlen hält Andresen aber nicht für sinnvoll, da in Studien belegt werden konnte, dass eine Gluten-freie Ernährung für die Gesundheit ungünstig ist. Nur bei sicherem Ansprechen auf eine Gluten-freie Diät mache eine prolongierte Ernährungsumstellung Sinn. „Eine solche Diät sollte deshalb auf Patienten mit echten Beschwerden beschränkt sein.“

### Pseudoallergien sind unberechenbar

Pseudoallergien sind Allergie-artige Reaktionen aufgrund einer unspezifischen Mastzell-Aktivierung mit nachfolgender Ausschüttung von Entzündungsmediatoren wie Histamin. „Sie sind selten und völlig unberechenbar“, so Andresen. Im Unterschied zur echten Allergie liegt keine spezifische, IgE-Antikörper-vermittelte Reaktion vor.

Pseudoallergien werden häufig durch Arzneimittel, insbesondere durch Kontrastmittel, aber auch durch Nahrungsbestandteile wie z. B. durch Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe oder Säuerungsmittel ausgelöst. Im Unterschied zur echten Allergie besteht keine Sensibilisierung, sodass bereits der erste Kontakt zu einer Reaktion führen kann. Es besteht auch eine gewisse Dosis-Abhängigkeit, weshalb anders als bei einer echten Allergie oft geringe Mengen der Substanz toleriert werden. Wichtig ist, dass eine echte Allergie mittels IgE-Testung ausgeschlossen ist. Die akute Reaktion wird mit Antihistaminika und Steroiden behandelt. ■

Dr. Peter Stiefelhagen

▪ Gastro Update 2019, 6.4.2019 in Wiesbaden

### Gastro Update 2020

- 6. und 7. März 2020, Mainz
- 20. und 21. März 2020, Berlin

→ Anmeldung: <https://gastro-update.com/anmeldung/>

