

Pollenassoziierte Nahrungsmittel-Allergien

Viele Pollenallergiker entwickeln über die Jahre auch Allergien gegen bestimmte Nahrungsmittel. Die sogenannte pollenassoziierte Nahrungsmittel-Allergie (OAS) macht sich beim Genuss allergener Pflanzenkost bemerkbar. Bei geringem Schweregrad drückt sich die OAS nur durch ein pelziges Gefühl an Lippen und Gaumen und Juckreiz im Rachen aus. Bei einer starken Allergie können die Betroffenen jedoch schwere Symptome wie Erbrechen, Atemnot und anaphylaktischen Schock erleiden.

Typische Kreuzallergien

Baumpollen	Apfel, Haselnuss, Pfirsich, Nektarine, Kirsche, Kiwi, Karotte, Sellerie, Kartoffel, Soja
Gräser- und Getreidepollen	Hülsenfrüchte: Bohne, Erbse, Erdnuss, Linse, Soja; Mehle, Kleie, Tomate
Beifußpollen	Sellerie, Mango, Sonnenblumensamen, Weintraube, Litschi, Karotte; Gewürze, z. B. Anis, Basilikum, Currygewürz, Dill, Estragon, Fenchel, Koriander, Kümmel, Liebstöckel, Majoran, Muskatnuss, Oregano, Paprika, Petersilie, Thymian, weißer und schwarzer Pfeffer

Baumpollen

Wer auf Baumpollen wie Birke, Hasel oder Erle allergisch ist, der reagiert häufig auch überempfindlich auf Edelkastanie, Eiche, Hainbuche, Hopfenbuche oder Platane. Dementsprechend sind insbesondere Nahrungsmittelallergien gegen Stein- und Kernobst verbreitet.

Gräser- und Getreidepollen

Für fast alle Gräser- und Getreidepollen sind Kreuzreaktionen bekannt. Am meisten allergische Probleme bereiten Glatthafer, Knäuelgras, Wiesenfuchsschwanz, Lolch und Roggen. Betroffene reagieren häufig auch auf Hülsenfrüchte.

Beifußpollen

Was Käuertpollen-Allergien betrifft, so stellt Beifuß hierzulande den Spitzenreiter dar. Wer auf Beifuß allergisch reagiert, hat häufig auch Probleme mit verwandten Korbblütlern wie Chrysanthemen, Löwenzahn und Kamille. Am häufigsten leiden Beifußallergiker zusätzlich an einer Sellerieallergie.