

KREUZ- ALLERGIE



TYPISCH ALLERGIE

Woher sie kommt und wie
man sie loswerden kann.

KREUZ UND QUER ALLERGISCH?

Haben Sie eine Pollenallergie und sind plötzlich auch auf bestimmte Nahrungsmittel allergisch? Dann steckt dahinter meist eine Kreuzallergie, bei der unser Körper auf ähnliche Eiweißbausteine reagiert. So kann zum Beispiel ein Apfel Symptome hervorrufen, weil Sie eine Birkenpollenallergie haben.

Typisch Kreuzallergie:



Kribbeln und Brennen im Mund



Kreislaufbeschwerden



Zungenkribbeln



Hautausschlag

Mehr oder andere Symptome als hier beschrieben? Dann machen Sie den Online-Allergietest:



WENN EINS ZUM ANDEREN KOMMT.

Eine Allergie gegen Frühblüher wie Birke, Erle oder Hasel führt besonders häufig zu einer Kreuzallergie.

Aber auch bei anderen Allergenen sind Kreuzreaktionen bekannt.

	Inhalative Allergene		Nahrungsmittelallergene
häufig 	 Baumpollen	➔	Apfel, Haselnuss, Karotte, Kartoffel, Kirsche, grüne Kiwi, Nektarine, Pfirsich, Aprikose, Pflaume, Sellerie, Soja, Feige
	 Beifußpollen	➔	Gewürze, Karotte, Mango, Sellerie, Sonnenblumenkerne
	 Naturlatex	➔	Ananas, Avocado, Banane, Kartoffel, Kiwi, Tomate, Esskastanie, Pfirsich, Mango, Papaya, Acerola-Kirsche, Sellerie
selten 	 <i>Ficus benjamina</i>	➔	(getrocknete) Feige, Kiwi, Banane, Papaya, Ananas, Avocado
	 Vogelfedern	➔	Ei, Geflügel, Innereien
	 Hausstaubmilbe	➔	Schalen- und Weichtiere
	 Ambrosiapollen	➔	Melone, Zucchini, Gurke, Banane
	 Gras- und Getreidepollen*	➔	Mehl, Kleie, Tomate, Hülsenfrüchte (inkl. Soja)

* Unter Berücksichtigung der Häufigkeit der Gräser- und Getreideallergien sind Kreuzreaktionen mit Nahrungsmitteln sehr selten.

Quelle: M. Worm et al.: Leitlinie DGAKI et al. Nahrungsmittelallergien infolge immunologischer Kreuzreaktivitäten mit Inhalationsallergenen. Allergo J Int 2014; 23: 3.



REAGIEREN STATT AGIEREN.

Haben Sie die Nase voll von allergischen Symptomen? Dann wird es Zeit, das Thema Hyposensibilisierung (kurz Hypo) anzugehen. Eine Hypo gegen die primäre Pollenallergie kann auch die Symptome einer Kreuzallergie lindern. Sie ist aber nicht für alle Kreuzallergien geeignet. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin beraten.



Wissen ist die beste Therapie

Wir haben uns mit einer Vielzahl von Betroffenen über ihre Krankheitsgeschichte unterhalten. Dabei wurde klar, wie viel Informations- und Aufklärungsbedarf besteht. Deshalb haben wir TypischAllergie ins Leben gerufen. Mit vielen Expert:innenvideos, Erfahrungsberichten und Beiträgen.

[TypischAllergie.de](https://typischallergie.de)



Auf dem Weg in die Allergie-Freiheit

Sara leidet an mehreren Allergien gleichzeitig, die ihren Alltag zu einer Herausforderung machen.

Doch bereits nach einigen Behandlungen spürt sie eine Verbesserung: "Wenn ich merke, dass die Hypo schon in relativ kurzer Zeit etwas bringt, habe ich Lust, das durchzuziehen."



<https://typischallergie.de/stories/graeser-allergie>

JETZT GEHT'S LOS

Denken Sie dabei sofort an Atemprobleme oder Unverträglichkeiten? Dann sollten sie unbedingt einen Blick in diese Broschüre werfen. Schließlich gibt es Alternativen für alle Allergiegeplagten, die das Leben leichter machen. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin beraten.

Eine Allergie kommt selten allein:

TYPISCH ALLERGIE IN SERIE



1. Typisch Milbenallergie

2. Typisch Kreuzallergie

3. Typisch Pollenallergie



4. Typisch Tierallergie

5. Typisch Schimmelpilz-
allergie



6. Typisch Nahrungsmittel-
allergie



7. Typisch Allergie
& Neurodermitis

8. Typisch Allergie & Folgen

Herausgegeben von:

LETI Pharma GmbH
www.leti.de

Gutenbergstraße 10
85737 Ismaning

 **LETIPharma**
seit 1919
  