

Erdnüsse sind keine Peanuts

Deutscher Lebensmittelallergietag am 21. Juni: Fünf bis zehn Prozent der Bevölkerung leiden unter einer Lebensmittelallergie. Die Erdnuss ist einer der häufigsten und stärksten Auslöser einer schweren allergischen Reaktion. Laut einer aktuellen Studie haben viele Betroffene Ängste und erfahren Ausgrenzung. Nichtbetroffene dagegen wissen sehr wenig über die Erkrankung. Die Initiative www.leben-mit-erdnussallergie.de klärt auf.

11. Juni 2021 – „Kann Spuren von Erdnüssen enthalten“ – für die meisten von uns ist dieser kurze Satz auf der Verpackung von Lebensmitteln nicht weiter von Bedeutung. Für Personen mit einer Erdnussallergie hingegen kann er überlebenswichtig sein. Zwischen 0,5 und 1 Prozent der Kinder in Deutschland haben an dieser Form der Allergie zu knabbern [1]. Sie müssen jeglichen Kontakt mit Erdnüssen vermeiden und stets ein Notfallset mit sich tragen. Denn schon bei versehentlichem Kontakt mit kleinen Mengen des Erdnussproteins droht ein anaphylaktischer Schock, der tödlich enden kann. Nichtbetroffenen fällt es oft schwer, sich auf Menschen mit Erdnussallergie einzustellen und deren Verhalten zu verstehen, denn sie kennen diese Form der Nahrungsmittelallergie kaum.

Lebensmittelallergietag macht aufmerksam

„Höchste Zeit für eine bessere Aufklärung!“, fordert daher die Initiative „Leben mit Erdnussallergie“, die sich gemeinsam mit Betroffenen, Patientenorganisationen, Wissenschaftler:innen und Ärzt:innen für eine bessere Wahrnehmung und mehr Verständnis bei Nichtbetroffenen einsetzt. Was viele nicht wissen: Die Erdnussallergie ist eine ernst zu nehmende Erkrankung, bei der die Betroffenen auf die Unterstützung ihrer Mitmenschen angewiesen sind.

Dies ist auch Thema des Deutschen Lebensmittelallergietags am 21. Juni, der vom Deutschen Allergie- und Asthmabund (www.daab.de) ausgerufen wurde. Der Bedarf an Information ist groß: Schätzungsweise fünf bis zehn Prozent der Bevölkerung haben eine Nahrungsmittelallergie [2, 3, 4]. Auf dem Lebensmittelallergietag stehen dieses Jahr Auslöser, zeitgemäße Methoden des Alltagsmanagements und konkrete Hilfestellungen bei Nahrungsmittelallergien auf dem Programm.

Wenn Essen zum Risiko wird

Seit sie denken kann, kämpft auch die 13-jährige Milla aus Berlin mit ihrer Erdnussallergie: Sie hatte schon allergische Reaktionen nach einem Give-me-five-Handschlag mit einem Bekannten, der zuvor Erdnüsse gegessen hatte. Dies ist keine Einzelfallgeschichte: „Erdnüsse zählen zu den häufigsten und stärksten Auslösern schwerer allergischer Reaktionen, der sogenannten Anaphylaxie“, bestätigt der Kinderarzt und Allergologe Dr. Peter Eberle aus Kassel. Sie kann mehrere Regionen des Körpers gleichzeitig erfassen: Hautausschläge, Übelkeit, Erbrechen, Atemnot, der Kreislauf kann kollabieren. Ohne einen Adrenalin-Notfall-Pen kann das lebensbedrohlich enden, so Dr. Eberle.

Erdnüsse ein Leben lang tabu

„Erdnüsse gehören zu den Lebensmitteln, die bei entsprechend empfindlichen Patienten auch in geringen Mengen zu schweren Folgen führen können“, erklärt Sabine Schnadt vom DAAB. Die kritische Menge kann von Person zu Person variieren, bei Milla ist das bereits ein Dreißigstel einer Erdnuss, hatte ihr Allergologe festgestellt.

Für Menschen mit Erdnussallergie heißt es ein Leben lang: Erdnüsse sind verboten. Aber so einfach ist diese Vermeidungsstrategie nicht einzuhalten. Untersuchungen zeigen, dass 60 Prozent der Kinder über einen Zeitraum von fünf Jahren unbeabsichtigt mit Erdnüssen in Kontakt kommen [5]. Einige Betroffene schützen sich sogar mit einem Hund als ständigem Begleiter, der Spuren von Erdnüssen erschnüffeln kann. Das allergieauslösende Erdnussprotein kommt nicht nur in Flips, Erdnussbutter oder asiatischen Gerichten vor. Es kann auch in Süßigkeiten, Backwaren und Fertiggerichten enthalten sein, übertragen etwa durch Produktions- und Verpackungsanlagen. Auch bei privaten Einladungen, im Urlaub, bei der Klassenfahrt oder dem Sommerfest – also überall, wo Lebensmittel und Essen eine Rolle spielen – kann es zu einem zufälligen Kontakt kommen. Daher sind Betroffene auf das Verständnis und die Unterstützung ihrer Mitmenschen angewiesen.

Seelische Belastung und Stigmatisierung

Die Dauergefahr erzeugt Stress. Die aktuelle, erst 2020 publizierte Studie APPEAL-1 zur Lebensqualität von Erdnussallergiker:innen [6] fand in Deutschland bedenkliche psychosoziale Folgen: Gut die Hälfte (52 Prozent) der Betroffenen litten besonders häufig unter Angst in Verbindung mit ihrer eigenen Erdnussallergie oder der eines Familienmitglieds. 65 Prozent berichten von sozialer Isolation und 43 Prozent von Schikanen. Sehr oft wird die Erdnussallergie daher von den Betroffenen verheimlicht. Auch Milla musste schon nach ihrem ersten Grundschuljahr die Schule wechseln, weil die Lehrerin überfordert war und Mitschüler:innen sie gemobbt hatten. Um kleinen

und großen Erdnussallergiker:innen solche Erfahrungen zu ersparen, ist Aufklärung also gerade auch bei Nichtbetroffenen besonders wichtig!

Milla hat sich nie isoliert und sich immer mit ihren Mitmenschen auseinandergesetzt.

Sie ist so zu einer selbstbewussten Jugendlichen gereift – und zu einem

Organisationstalent! Ihr Motto: „Ich beherrsche die Erdnussallergie, nicht sie mich!“

Leben mit Erdnussallergie ist eine Initiative der Aimmune Therapeutics Germany GmbH, München. Gemeinsam mit Betroffenen, Patientenorganisationen, Wissenschaftler:innen und Ärzt:innen setzt sie sich für die Bedürfnisse von Erdnussallergiker:innen und gegen die Stigmatisierung durch ihre Krankheit ein. Das Ziel ist der offene Dialog und ein gegenseitiges Verständnis von Betroffenen und Nichtbetroffenen. www.leben-mit-erdnussallergie.de.

Quellen

1 bea – Stiftung zur Behandlung von Erdnussallergien. Online verfügbar unter: www.bea-stiftung.com. Zuletzt abgerufen 1. Juni 2021.

2 Bergmann KC, Heinrich J & Niemann H. Aktueller Stand zur Verbreitung von Allergien in Deutschland. Allergo J 25, 22–26 (2016).

3 Langen U, Schmitz R, Steppuhn H. Häufigkeit allergischer Erkrankungen in Deutschland. Bundesgesundheitsbl 2013;56:698–706.

4 Gupta RS, Warren CM, Smith BM, Jiang J, Blumenstock JA, Davis MM, Schleimer RP, Nadeau KC. Prevalence and Severity of Food Allergies Among US Adults. JAMA Netw Open. 2019 Jan 4;2(1):e185630.

5 Vander Leek TK, Liu AH, Stefanski K, et al. The natural history of peanut allergy in young children and its association with serum peanut-specific IgE. J Pediatr 2000;137(6):749–55.

6 DunnGalvin A, Blumchen K, Timmermans F, et al. APPEAL-1: A multiple country European survey assessing the psychosocial impact of peanut allergy. Allergy 2020 Nov; 75(11):2899–2908.

Medienkontakt

Dipl.-Oecotroph. Anne Malin, amalin@aimune.com, (+49) 89 46148615

Unter www.leben-mit-erdnussallergie.de steht Ihnen in Kürze Bildmaterial zum Download zur Verfügung.

Bildangebote für die Medien (Angebot auf der Website www.leben-mit-erdnussallergie.de)



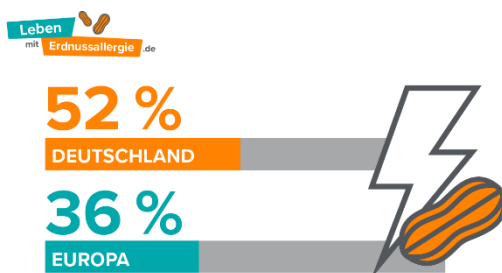
*Erdnussallergikerin Milla (13) aus Berlin:
allergische Reaktion schon nach einem High five.*



*In der Schule wegen Erdnussallergie gemobbt:
Allergikerin Milla (13) aus Berlin und ihre Mama
Kathrin stehen das gemeinsam durch.*



*Erdnussfreie Zone: Allergikerin Milla (13) mit Mama Kathrin
auf ihrem Trampolin in Berlin.*



In Deutschland leiden Betroffene von **ERDNUSSALLERGIE** besonders häufig unter **ANGST** in Verbindung mit der eigenen Erdnussallergie oder der eines Familienmitglieds. Dies gilt für **52 %** der Befragten (Europa-Durchschnitt: **36 %**).

Quelle: DunnGalvin A, Blumchen K, Timmermans F, et al. APPEAL-1: a multiple country European survey assessing the psychosocial impact of peanut allergy. Allergy 2020; DOI: 10.1111/all.14363.

Verantwortlich für die Inhalte ist Aimmune Therapeutics Deutschland GmbH.

*[Grafik modifiziert mit neuem Logo oben.
Sonst keine Änderungen und identisch mit
bereits publizierter Grafik auf www.leben-mit-erdnussallergie.de]*