

Allergi: Födoämnesallergi-korsreaktioner-dolda allergen

Länsövergripande H.K.H. Kronprinsessan Victorias barn- och ungdomssjukhus, Linköping och Barn- och ungdomskliniken Norrköping

Korsreaktioner

En patient som är allergisk mot ett ämne kan även reagera mot andra ämnen oavsett släktskap. Sådana korsreaktioner är vanligast mellan björkpollen och stenfrukter t ex äpple, körsbär och päron och brukar kallas oral allergisyndrom, OAS.

Vanligaste symtom är klåda i mun och svalg, irritationskänsla i halsen samt uppsvällda läppar. Vissa kan få klåda i ögonen som enda symtom. Alla björkallergiska personer reagerar inte mot stenfrukter.

I speciella fall kan undersökas vilka korsreagerande allergen som orsakar symtom (Immunocap).

Exempel på korsreaktioner

Allergen	Korsreagerande allergen
Björk	Hasselnot, äpple, persika, körsbär, kiwi, valnöt, päron, mandel, plommon, rå potatis, morot
Gråbo	Selleri, persilja, koriander, kamomill, morot, vitlök, curry, paprika, fänkål, solrosfrö, kummin, anis och andra korgblommiga växter
Gräs	Vete, tomat, melon
Ärta	Sojaböna, vitböna, jordnöt, linser, fänkål, guar, johannesbröd, dragant, kikärtor, spritdrycker, lakrits
Persika	Aprikos, plommon, guave
Latex	Avokado, banan, kastanj, kiwi, nektarin, körsbär, plommon, benjaminsfikus

Dolda allergen

Det är särskilt viktigt för allvarligt födoämnesallergiska barn och ungdomar att vara medvetna om innehållet i olika slags mat, speciellt för färdiglagad mat där risken för dolda och odeklarerade allergen är störst.

Inom livsmedelsindustrin kan det förekomma att rester av tidigare producerade livsmedel kontamineras vid tillverkning av andra produkter.

Jordnötter, nötter, mjölk, ägg, fisk och skaldjur är de födoämnen som lättast kan orsaka en livshotande allergireaktion hos en födoämnesallergisk patient.

Exempel på dolda allergen

Allergen	Kan bl a förekomma i följande produkter
Jordnöt	Bakverk, jordnötssmör, sötsaker etc
Kasein (mjölkprotein)	Smörersättning, korv, konserverad fisk, malda köttprodukter, ost, godsaker
Mjölk	Korv, leverpastej, sorbet
Andra mjölkproteiner	Vegetabilisk föda, mjölkersättning för spädbarn
Nötter	Godsaker, glass, bakverk, müsli, flingor, choklad
Sojaböna	Hamburgare, malet kött
Anis	Godsaker, spritdrycker, parfymer, bakverk
Frukt	Juice, läsk
Fruktkärnmjöl	Fruktjuice, marmelad, gelé, pulversoppor
Guar	Salladsdressing, tandkräm, yoghurt
Gummi arabicum	Godsaker
Jäst	Bageriprodukter, öl, majonäs, ketchup, produkter med vinäger
Kryddor	Färdigmat, restaurangmat

Reaktioner som liknar den allergiska

Vissa födoämnen kan utlösa icke allergiska reaktioner, överkänslighet. Dessa reaktioner kan vara svåra eller omöjliga att skilja från den allergiska utan närmare utredning.

Födoämne som innehåller histamin kan ge symtom som huvudvärk, diarréer eller kliande utslag. Andra substanser som kan orsaka icke allergisk reaktion är tyramin och fenyletylamin vilka kan utlösa migränliknande besvär.

Exempel

Födoämne	Substans
Alkohol	Frisätter histamin
Ananas	Frisätter histamin
Aubergin	Histamin
Avokado	Vasoaktiva aminer
Banan	Serotonin, histamin
Bönor, okokta	Lecitiner
Citrusfrukter	Vasoaktiva aminer, tyramin
Fläsk	Frisätter histamin
Hirs	Mögeltoxiner
Jordgubbe	Histaminer, aromatiska ämnen, histaminfrisättare
Juice	Tartrazin
Jästa födoämnen	Vasoaktiva födoämnen
Kakao	Histaminfrisättare, fenyletylaminer
Kokosnöt	Mögeltoxiner (aflatoxiner)
Korv/salami	Histamin, tyramin, natriumnitrat
Lax	Histamin
Lök	Eteriska oljor

Majs	Mögeltoxiner (aflatoxiner)
Makrill	Histamin
Nötter	Mögeltoxiner (aflatoxiner)
Ost	Histamin, tyramin, fenyletylamin, mögeltoxiner (aflatoxiner)
Paprika	Capsaicin
Sill	Histamin
Skaldjur	Frisätter histamin
Sojaböna	Mögeltoxiner (aflatoxiner)
Spenat	Histamin
Säd/spannmål	Histaminfrisättare, mögeltoxiner (aflatoxiner)
Tomat	Vasoaktiva aminer
Tonfisk	Histamin
Vin	Histamin, kemiska tillsatser
Äggvita	Frisätter histamin
Öl	Tyramin, sulfider, histamin