

## WAT IS EEN ALLERGIE?

Vrijwel alle voedingsmiddelen van plantaardige en dierlijke oorsprong bevatten eiwitten. Voedselallergie is een abnormaal sterke reactie van het afweersysteem op eiwitten in ons voedsel. De eiwitten die een reactie veroorzaken, noemen we allergenen. Deze eiwitten (allergenen) worden door het lichaam als indringers gezien, die onschadelijk moeten worden gemaakt. Het lichaam reageert daarom met het vormen van antistoffen. Elke keer als het allergeen wordt herkend, komen de antistoffen direct in werking. Dit heet 'sensibilisatie'. Deze antistoffen noemen we IgE. Elk allergeen heeft zijn eigen antistof (specifiek IgE). Als reactie komen allerlei stoffen in het lichaam vrij, onder andere histamine. Dit noemen we de allergische reactie. De klachten zijn afhankelijk van waar in het lichaam deze reactie plaatsvindt.

## KRUISREACTIES

Mensen met een pollenallergie of latexallergie hebben vaak een allergie voor bepaalde fruitsoorten, groenten of noten. Dit noemen we 'kruisreactie'. Het immuunsysteem kan soms geen onderscheid maken tussen eiwitten, omdat deze sterk op elkaar lijken. Dit kan tussen voedingsmiddelen onderling of tussen voedingsmiddelen en pollen en/of tussen voedingsmiddelen en latex. Bijvoorbeeld: het appelallergeen lijkt zoveel op het allergeen van de berk, dat de persoon die allergisch is aan berkenpollen ook reageert op de appel. 70% van de voedselallergieën zijn in verband te brengen met pollen (paraberksyndroom).

De klachten kunnen zich uiten via:

- De luchtwegen: hoesten, piepende ademhaling, kortademigheid, vernauwde luchtwegen, hese stem, waterige ogen, niezen, verstopte neus, lopende of jeukende neus.
- De huid: roodheid, netelroos, bobbeltjes of blaasjes die plots kunnen zwellen en vaak erg jeuken, jeuk.
- De maag en darmen: onwel zijn, buikpijn, diarree of obstipatie, brandend maagzuur.
- Het hart: zwakke pols, duizeligheid, verwardheid, shock, bewusteloosheid.
- De ogen: jeuk, roodheid van oogslimvlies, tranen vochtophoping onder de ogen.

De symptomen bij een kruisallergie kunnen gaan van mild tot zeer ernstig. De klachten treden vrij snel na consumptie op.

In geval van een kruisreactie met voeding hebben we heel vaak te maken met het oraal allergie syndroom (O.A.S.). De meest voorkomende klachten hierbij zijn zwelling van de lippen, tong, keel of verhemelte, jeuk in de mond. Deze klachten treden ongeveer 15 minuten na inname van het desbetreffende allergeen op en ze verdwijnen meestal na 20 minuten.

Voor meer informatie raadpleeg onze folder voedselallergie

Bron: [www.voedselallergie.nl](http://www.voedselallergie.nl)

























# KRUISALLERGIEËN



### Contactgegevens

Astma en Allergiekoepel vzw  
Staatsbaan 165  
3460 Bekkevoort

e-mail: [Info@astma-en-allergiekoepel.be](mailto:Info@astma-en-allergiekoepel.be)  
website: [www.astma-en-allergiekoepel.be](http://www.astma-en-allergiekoepel.be)  
gratis infolijn: 0800/84321

Boompollen			Graspollen		Huisstofmijt	Peulvruchten	Noten	Vis	Schaaldieren	Granen	Koemelk	Latex	Fruit (rosaceae)	Fruit (curubitales)	Fruit
															
															
															

### Risico van kruisallergie voor:

Pit- en steenfruit en noten	Groente, granen, fruit	Schaaldieren en inktvis	Andere peulvruchten	Andere noten	Andere vissen	Andere schaaldieren	Andere granen	Rundvlees Geitenmelk Paardenmelk	Fruit	Andere rosaceae	Latex	
55%			5%	37%	50%	75%	20%	10%	35%	55%	92%	11%
