

Kruisreacties tussen inhalatie- en voedselallergenen

Veel mensen krijgen vanaf het begin van de lente weer last van hooikoorts. Het lichaam maakt antistoffen aan tegen het stuifmeel (pollen) van bomen en/of grassen. Sommige hooikoortspatiënten reageren ook allergisch op bepaalde voedingsmiddelen. Het lichaam 'denkt' dat de eiwitten die in deze voedingsmiddelen voorkomen stuifmeleiwitten zijn. Dit verschijnsel heet een 'kruisreactie'.

Als u hooikoorts hebt, kan het zijn dat u naast de bekende hooikoortsklachten ook opeens last krijgt van opgezette slijmvliezen in de mond of maag- en darmklachten. Dit wil niet zeggen dat er dan altijd sprake is van een kruisreactie. Maag- en darmklachten bijvoorbeeld kunnen vele andere oorzaken hebben. Ook niet iedere hooikoortspatiënt zal kruisreacties met voedingsmiddelen hebben. Het is daarom ook niet zinvol om bij een allergie voor bijvoorbeeld berkenpollen meteen maar geen appels meer te eten (zie lijst achterin). Een kruisreactie moet door middel van onderzoek worden aangetoond.

Kruisreacties tussen voedselallergenen

Voedingsmiddelen die tot dezelfde familie behoren, kunnen onderling kruisreacties veroorzaken. Doordat de voedingsmiddelen aan elkaar verwant zijn, hebben de allergenen grote overeenkomsten met elkaar. Daardoor beschouwt het lichaam ze waarschijnlijk als een en dezelfde soort eiwit. Dit is echter niet wetenschappelijk bewezen. Een uitzondering zijn schaaldieren (zoals rivierkreeft, langoustine (scampi), garnalen en krab) en schelpdieren (zoals mosselen en Sint Jacobsschelpen): hierbij zijn wel onderlinge kruisreacties wetenschappelijk aangetoond.

Kruisreacties tussen latex en voedingsmiddelen

Latex is het sap van de rubberboom. In latexsap zitten veel eiwitten die een allergische reactie kunnen veroorzaken. Niet iedereen met een latexallergie heeft dezelfde reactie. Er zijn 2 typen reacties:

type 1:

Hierbij is het afweersysteem betrokken waardoor het lichaam antistoffen gaat aanmaken. De antistoffen kunnen meestal via bloedonderzoek en/of huidtesten worden aangetoond. Bekende klachten zijn: niezen, loopneus, verstopte neus, jeuk, rode ogen, kortademigheid, hoesten en/of piepende ademhaling, jeukende bultjes op de handen of de rest van het lichaam direct na het aantrekken van latex handschoenen, zwelling van de handen, oogleden, lippen en tong.

type 2:

Hierbij gaat het om een contactallergie, bijv. een reactie bij het gebruik van latex handschoenen. Deze reactie is niet aantoonbaar met bloedtesten, omdat er geen antistoffen worden gemaakt door het lichaam. Bekende klachten zijn huidklachten, bestaande uit roodheid, jeuk, soms met (jeukende) bultjes en blaasjes, zwelling van de oogleden, lippen of handen na contact met latex.

Alleen bij type 1 reacties voor latex kunnen kruisreacties met voedingsmiddelen voorkomen. Het gaat dan om kruisreacties met plantaardige voedingsmiddelen zoals banaan, avocado, kiwi, papaya, mango, ananas, passievrucht, vijgen, perzik, paprika, meloen, hazelnoot, walnoot, amandel, kokosnoot, pinda, kers, appel, peer, pruim, selderij, sojaboon, wortel, tomaat, aardappel en/of sla.

Dieet bij kruisovergevoeligheid

Een dieet is alleen zinvol als:

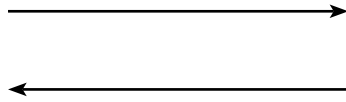
- u daadwerkelijk klachten krijgt na het eten van bepaalde voedingsmiddelen én
- uit onderzoek blijkt dat het inderdaad om een kruisreactie gaat (tussen inhalatie- en voedselallergenen of tussen voedselallergenen onderling).

Als een dieet voor u nodig is, verwijst uw behandelend arts u door naar een diëtist.

Overzicht van veelvoorkomende kruisreacties

Onderstaande tabel bestaat uit twee kolommen. In de eerste kolom vindt u de stof waar het lichaam meestal eerst allergisch op reageert (primaar allergeen). In de tweede kolom staan de mogelijke kruisallergenen; de stoffen waar u vervolgens ook allergisch op gaat reageren.

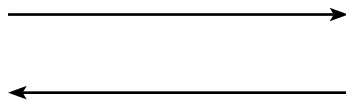
Berkenstuifmeel:



Pit-/steenvruchten zoals appel, kers, perzik en kiwi
Boomnoten, vooral hazelnoot, walnoot en amandel



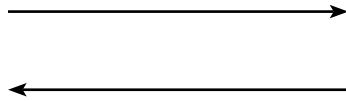
Bijvoetstuifmeel:



Selderij, wortel, koriander



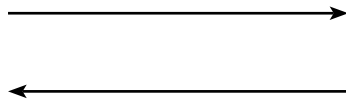
Vogelveren:



Kippenei, vooral eigeelcomponenten



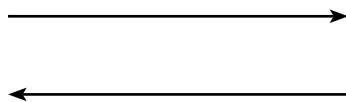
Grasstuifmeel:



Graansoorten (meelsoorten), peulvruchten (waaronder pinda, soja en erwt), tomaat, wortel, aardappel



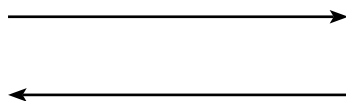
Cashewnoot:



Pistachenoot, sesamzaad, mango



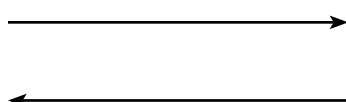
Katten:



Varkensvlees



Latex:



Tropische fruitsoorten (zoals kiwi, avocado en banaan), kastanje



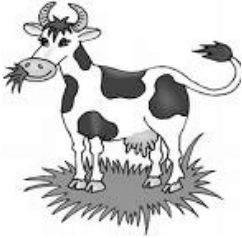
Huisstofmijt:



Wijngaardslakken en garnalen



Koemelk:



Geitenmelk

