

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Nahrungsmittelunverträglichkeit"

INFO

Beratung und Kontakt

Die Klinik für Dermatologie und Allergologie des Klinikums Vest am Standort Knappschafts-Krankenhaus Recklinghausen wird geleitet von Chefarzt Prof. Dr. med. Rolf-Markus Szeimies. Sekretariat: Beate Hlacer; 023 61 / 56-32 01' Fax: 023 61 7 56-32 98 E-Mail: dermatologie@klinikum-vest.de

Allgemeine Sprechstunde: Montag bis Freitag, 8.15 Uhr bis 15.45 Uhr (nach vorheriger Terminvereinbarung) für Knappschaft- und privat Versicherte.

Die Klinik für Gastroenterologie-Hepato-logie, Kardiologie und Infektiologie des Klinikums Vest am Standort Paracelsus-Klinik Marl wird geleitet von Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Markus Reiser. Sekretariat: Gabriele Wloch, 023 65 / 90-21 01 Fax: 023 65 / 90-21 09 E-Mail: innere@klinikum-vest.de

Allgemeine Sprechstunde: Montag bis Freitag, 7.30 Uhr bis 16 Uhr Spezialprechstunden Gastroenterologie, Hepatologie: Montag bis Freitag, 14 Uhr bis 16 Uhr (Priv.-Doz. Dr. Markus Reiser).

Das Klinikum Vest besteht aus den Behandlungszentren Knappschafts-Krankenhaus Recklinghausen und Paracelsus-Klinik Marl.

Kontakt: Knappschafts-Krankenhaus Recklinghausen Dorstener Straße 151 45657 Recklinghausen 023 61 / 56-0 Paracelsus-Klinik Marl Lipper Weg 11 45770 Marl Postfach: 101880 023 65 / 90-0 E-Mail für beide Häuser: info@klinikum-vest.de

www.klinikum-vest.de

DEMNÄCHST

Sprechstunden am Abend

- 23. Juli: Asthma mit Fachmediziner des Klinikums Vest.
- 13. August: Strahlentherapie bei Arthrose und Krebs mit Fachmediziner des Klinikums Vest.
- 27. August: Fahrtauglichkeit mit Fachmediziner des Elisabeth-Krankenhauses Recklinghausen.
- Alle Abendsprechstunden beginnen um 18.30 Uhr. Und wie immer werden wir Sie auf unseren donnerstags erscheinenden Seiten „Gesund im Vest“ informieren.

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Marl. Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

www.gesund-im-vest.de

Essen mit Nebenwirkungen

KREIS RE. Eine Allergie oder „nur“ eine Unverträglichkeit? – Bei der Abendsprechstunde gibt's Klarheit.

Von Heidi Meier

Man kann mit dem Genuss bestimmter Speisen und Getränke verbunden sein, wenn sie nicht vertragen werden. Meist ist dann von „Allergien“ die Rede, doch echte Nahrungsmittelallergien sind eher selten und betreffen nur zwei Prozent der Bevölkerung. Weitaus häufiger werden sogenannte Intoleranzreaktionen diagnostiziert – in 50 bis 80 Prozent der Fälle.

Welche Unverträglichkeiten es gibt, wie sie diagnostiziert werden und was dagegen zu tun ist, darum geht es in der nächsten Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am Montag, 9. Juli, mit erfahrenen Expertinnen und Experten des Klinikums Vest. Sie werden die häufigsten Erkrankungsbilder und ihre Erkennung vorstellen und Tipps und Anregungen für eine gesunde Ernährung geben.

Im Vortrag von Prof. Dr. Rolf-Markus Szeimies, Chefarzt der Klinik für Dermatologie und Allergologie, geht es zum Auftakt um „Echte Nahrungsmittelallergien: Vorkommen und Diagnostik“. Bei einer echten Allergie hat der Kontakt mit dem Auslöser den Körper irgendwann irrtümlich sensibilisiert, sodass er entsprechende Antikörper, sogenannte Immunglobulin



Gluten, Histamin, Fructose, Lactose: Bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten ist es nicht ganz leicht, den richtigen Auslöser zu finden. —FOTO: DPA

E (IgE), gebildet hat, die sich im Blut nachweisen lassen. Bei erneutem Kontakt mit dem Nahrungsmittel treten dann lokale Beschwerden auf wie zum Beispiel Kribbeln oder Schwellungen im Mund- und Rachenraum. Aber auch systemische Reaktionen wie etwa Quaddeln oder Juckreiz am Körper, Atembeschwerden, Magen-

Darm-Probleme oder allgemeine Symptome wie Kopfschmerzen und Abgeschlagenheit sind möglich.

„Sogar ein lebensbedrohlicher allergischer Schock kann erfolgen“, berichtet Prof. Szeimies. Oft reichen schon geringste Mengen eines Lebensmittels aus, um die Symptome immer wieder hervorzurufen.

Priv.-Doz. Dr. Markus Reiser, Chefarzt der medizinischen Klinik II für Gastroenterologie-Hepato-logie, Kardiologie und Infektiologie, referiert an diesem Abend über Nahrungsmittelunverträglichkeiten am Beispiel der Laktose-, Fruktose-, und Histamin-Intoleranz sowie über Glutenunverträglichkeit (Zöliakie oder Sprue). „Nah-

rungsmittelunverträglichkeiten und Nahrungsmittelallergien werden häufig miteinander verwechselt. Ich werde mich auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten konzentrieren und erklären, was man darunter versteht, welche Mechanismen dahinter stecken und was man dagegen tun kann“, erläutert der Mediziner.

Da Nahrungsmittelunverträglichkeiten häufig bei Patienten mit einem Reizdarmsyndrom vorkommen, wird er auch dieses kurz behandeln. Und natürlich sollen die Besucherinnen und Besucher auch erfahren, wie man mit einer Intoleranz leben kann.

Leben mit der Unverträglichkeit

Die zertifizierten Diätassistentinnen des Klinikums Vest, Michaela Horlitz und Petra Kruscha, informieren daher abschließend über die ernährungsmedizinische Beratung bei Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten. Zudem haben sie bei unserer Abendsprechstunde einen Infostand aufgebaut, an dem es um „gute“ und „schlechte“ Lebensmittel geht. Flyer, auf denen alle wichtigen Info nachzulesen sind, liegen ebenfalls aus.

Und wie immer stehen die Fachleute im Anschluss an die Abendsprechstunde auch zur Beantwortung persönlicher Fragen zur Verfügung.

INFO Die Abendsprechstunde „Wenn Essen krank macht“ findet statt am Montag, 9. Juli, um 18.30 Uhr im Knappschafts-Krankenhaus Recklinghausen, Vortragssaal St. Barbara, Dorstener Straße 151, 45657 Recklinghausen. Der Eintritt ist frei. Anmeldung unter 023 61 / 56-32 01

Haut und Darm leiden

Fruktose-, Laktose- und Histamin-Intoleranz sind die häufigsten Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln.

Kreis RE. Zu den häufigsten Formen von Intoleranzen zählen die Fruktose- und Laktoseintoleranz sowie die Histamin-Intoleranz. Allerdings können auch andere Erkrankungen aus dem Magen-Darm-Bereich wie die Gluten-Unverträglichkeit Ursache für Hautreizungen, Blähungen, Durchfälle etc. sein. Sehr häufig kommt ein Hautausschlag nach exzessivem Genuss von Zitrusfrüchten vor. Auch auf den Geschmacksverstärker Glutamat können empfindliche Menschen nach einem Restaurantbesuch beim Chinesen reagieren (sogenanntes Chinese-Food-Syndrom).

Bei der Fruktoseintoleranz handelt es sich um eine Nahrungsmittelunverträglichkeit, bei der Fruktose (Fruktose) nur eingeschränkt oder überhaupt nicht vertragen wird. Das heißt, Fruktose

wird im Dünndarm nicht richtig in die Blutbahn aufgenommen. Er gelangt in den Dickdarm und wird dort von Bakterien zersetzt. Dabei entstehen Gase, die oft zu Bauchschmerzen oder anderen Symptomen führen.

Fruktose auf dem Vormarsch

Fruktose befindet sich nicht nur in Obst und Gemüse, sondern auch in Säften, Bier, Gemüse, Honig und Süßigkeiten. 15 bis 25 Prozent der Menschen in Deutschland leiden unter einer Fruktoseunverträglichkeit. Forscher gehen davon aus, dass es noch mehr werden, da Fruktose als Süßungsmittel in immer mehr Fertigprodukten und Getränken zum Einsatz kommt.

Menschen mit Laktoseintoleranz vertragen viele Milchprodukte nicht. Denn

ihnen fehlt ein Enzym, das für die Verwertung von Milchzucker erforderlich ist. Die häufigsten Symptome bei Laktoseintoleranz sind Blähungen, Bauchkrämpfe und Durchfall.

Gluten wiederum ermöglicht knusprig-leichtes, luftiges Gebäck – und gilt zugleich als Ursache einer Reihe von Krankheiten – von Darmentzündungen und Allergien bis hin zu Multipler Sklerose.

Bei einer Histaminintoleranz kann der Körper über die Nahrung aufgenommenes Histamin nicht hinreichend abbauen. Dies kann zu Hautproblemen wie zum Beispiel Nesselsucht führen, die sich durch Rötungen, starken Juckreiz und Quaddelbildung äußert. Histamin ist aber auch ein Gewebshormon, das im menschlichen Körper in vielen Organen und Zellen vorkommt.

STICHWORT

Allergie

Unter Allergie versteht man eine Überempfindlichkeit gegen normalerweise harmlose Stoffe aus der Umgebung, Allergene, auf die das Immunsystem mit einer starken Abwehr, der allergischen Reaktion, antwortet. Diese Abwehr kann zu unterschiedlichen Krankheitsbildern führen, die auch lebensbedrohlich sein können.

In Deutschland sind 0,8 bis fünf Prozent der Bevölkerung von Insektengiftallergien betroffen, die vor allem durch Bienen oder Wespen ausgelöst werden. Aber auch Metalle (Nickel), Konservierungsstoffe, Kosmetika und Medikamente sind sehr häufige Allergene. Da die allergische Reaktion von einer verstärkten Lokalreaktion über Nesselsucht bis hin zum lebensbedrohlichen Schock reichen kann, ist es wichtig einen Allergietest zu machen.



Auch Bauchschmerzen können von einer Nahrungsmittelunverträglichkeit herrühren. —FOTO: MONIQUE WÜSTENHAGEN

ANZEIGE

GESUND IM VEST.de

ABENDSPRECHSTUNDE

„Wenn Essen krank macht“

Über Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten

Montag, 9. Juli 2018, ab 18.30 Uhr

Knappschafts-Krankenhaus Recklinghausen, Vortragssaal St. Barbara, Dorstener Straße 151, 45657 Recklinghausen

Moderation: **Hermann Böckmann** (Leiter der Lokalredaktion Recklinghausen des Medienhauses Bauer)

Referenten und Themen

Priv.-Doz. Dr. med. Markus Reiser
Chefarzt Medizinische Klinik II: Gastroenterologie-Hepato-logie, Kardiologie und Infektiologie
„Nahrungsmittelunverträglichkeiten am Beispiel der Laktose-/Fruktose-, Histamin-Intoleranz sowie Glutenunverträglichkeit“

Prof. Dr. med. Rolf-Markus Szeimies
Chefarzt der Klinik für Dermatologie & Allergologie
„Echte Nahrungsmittelallergien: Vorkommen und Diagnostik“

Michaela Horlitz
zertifizierte Diätassistentin und **Petra Kruscha (Bild links)**
zertifizierte Diätassistentin
„Ernährungsmedizinische Beratung bei Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten“

Infostand: Gute und schlechte Lebensmittel

Interessierte Bürger und Patienten fragen, Experten antworten.
Wir laden Sie herzlich ein und freuen uns auf Ihr Erscheinen.
Die Teilnahme ist kostenlos.
Anmeldung unter: 023 61 56- 32 01

KLINIKUM VEST **MEDIENHAUS BAUER**