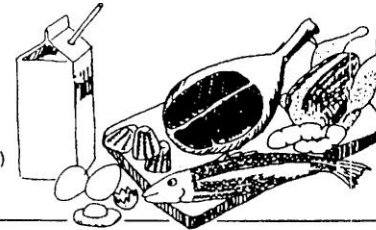


Auswahl von Lebensmitteln, die zu Lebensmittelintoleranzen führen

tierischen Ursprunges

Fisch ●	Casein
Schalentiere ●	Alpha-Lactalbumin
Hühnerei- (klar und gelb) ●	Beta-Lactoglobulin
Geflügel	Fleisch
Milch	(Rind, Schwein, Hammel)
	Innereien ●



pflanzlichen Ursprunges

Nüsse/Samen

- Haselnüsse ●
- Walnüsse ●
- Mandeln ●
- Paranüsse ●
- Erdnüsse ●
- Sesam ●
- Mohn ●

Stein- und Kernobst

- Äpfel ●
- Kirschen
- Pfirsiche
- und andere

Gewürze und Kräuter

- Anis
- Kamille
- Fenchelsamen ●
- Sellerie ●
- Dill
- Kümmel
- Koriander
- Salbei
- Basilikum
- Liebstöckel
- Zitronenmelisse

Gemüse

- Pfeffer
- Kurkuma
- Thymian
- Paprika
- Schnittlauch
- Sellerie ●
- Fenchel ●
- Karotten ●
- Hülsenfrüchte
- Paprika



Selten Auslöser akuter oder chronischer allergischer Reaktionen

- Zitrusfrüchte
- Erdbeeren
- Beerenfrüchte
- Tomaten
- Bananen



● = potentiell gefährliche Allergene (fakultativ Auslöser akuter bedrohlicher Sofortreaktionen)

Bemerkung: Prinzipiell kann gegen jedes Nahrungsmittelallergen im Individualfall ein hoher Sensibilisierungsgrad bestehen!!