

Liebe Leserinnen und Leser,



die Ernährung ist neben der Luft der intimste Kontakt des Menschen mit der Umwelt. Hierdurch nehmen wir Nährstoffe auf, verstoffwechseln sie und erhalten die Lebensfunktionen aufrecht. Der Körper auch mit Hilfe seiner Sinnesorgane und seines Immunsystems seit Jahrtausenden gelernt zwischen gut und Böse, zwischen verträglich und Unverträglich zu unterscheiden. Diese Anpassungsfähigkeit gerät auch aufgrund veränderter Umweltbedingungen zunehmend ins Wanken. Neue Anbaumethoden, fremdartige Nahrungsmittel, Zusatzstoffe, unerwünschte Rückstände

und Fertigungsmethoden bescheren uns einen Cocktail an Zutaten in Produkten, die uns die Industrie als Fix- und Fertig-Lebensmittel anbietet. Inzwischen wird von/bei jedem zweiten Menschen im deutschsprachigen Raum eine Nahrungsmittel-Allergie oder -Unverträglichkeit beklagt. Aber auch freiwillige Beschränkungen der Kostauswahl, wie sie zum Beispiel vegetarisch oder vegan essende Menschen praktizieren, stellen aus allergologischer Sicht keine Lösung des Problems dar.

Von Seiten des Verbraucherschutzes und der Politik sind Gesetze und Verordnungen erlassen worden, die vor Allergenen in Fertignahrungsmitteln warnen: 14 – darunter neun pflanzliche – Zutaten müssen auf verpackt und unverpackt angebotenen Nahrungsmitteln deklariert werden. Hervorgehoben durch fette Schrift und unterstrichen hervorgehoben erfahren Konsumentinnen und Konsumenten von enthaltenen Allergenen. Wenn nach einer ausführlichen Zutatenliste jedoch der Hinweis „kann Spuren enthalten von...“ sträuben sich bei manchen Allergikerinnen und Allergikern, aber auch auch Zöliakiekranken oder vegetarisch lebenden Menschen die Nackenharre im Sinne „Gefahr im Verzug“. Diese rechtliche Absicherung der Hersteller ist für Verbraucherinnen und Verbraucher oft eine Verunsicherung. Führende Allergologie-Verbände diskutieren derzeit eine Auslöseschwelle, unter der eine Gefährdung des Großteils von Allergikerinnen und Allergikern ausgeschlossen ist. Spuren von weniger als 0,5mg/100g eines Proteins in einem Nahrungsmittel sollen daher nicht mehr deklarationspflichtig sein, so der Vorschlag des Expertengremiums.

In dieser Ausgabe der U&G informieren Ernährungswissenschaftlerinnen und Ernährungswissenschaftler über potenzielle Allergene, die in zusammengesetzten Nahrungsmitteln, aber auch Fleischersatz vorhanden sein können. Hierzu zählen Soja, Weizen, Lupinen und auch Senf. Darüber hinaus berichtet der österreichische Allergologe *Reinhart Jarisch* in einem Interview über die Detektivarbeit beim Aufspüren von Allergien und Intoleranzen.

Zu guter Letzt weise ich Mitglieder des AVE e.V. darauf hin, dass die diesjährige Jahreshauptversammlung am 23. September 2023 im Bachhaus von Eisenach stattfindet. Unter dem Thema „Heilpflanzen und Diäten zur Unterstützung der Allergiebehandlung“ soll die Therapie von Nahrungsmittel-Allergien und -Intoleranzen mit komplementärem Praxisbezug ergänzt werden. Falls eine Anreise persönlich nicht möglich ist, wird die Teilnahme per Video oder Telefon eingerichtet.

Aktuelles entnehmen Sie bitte der AVE-Homepage (www.allergieverein-europa.de) oder Facebook (<https://de-de.facebook.com/AVE-Allergieverein-in-Europa-eV>).

Blieben Sie gesund und zuversichtlich

Ihr *Andreas Steneberg*

| | |
|--|-----------|
| Impressum | 38 |
| AVE aktuell | 40 |
| • 32. Jahrestagung AVE e.V. | |
| Forum | 40 |
| Schwerpunkt I | 43 |
| • Das allergene Potenzial von Senf als Lebensmittel von <i>Julika Lietzow</i> | |
| • EU erlaubt Einfuhr von 91 Gentechnik-Pflanzen | |
| Interview | 48 |
| • Detektivarbeit beim Aufspüren von Allergien und Intoleranzen Interview mit Prof. Dr. med. <i>Reinhart Jarisch</i> | |
| • Urlaubsfreude statt Übelkeit: Aktiv gegen die Seekrankheit | |
| Schwerpunkt II | 50 |
| • Nahrungsmittelallergien – Chancen und Risiken veganen Fleischersatzes von <i>Andreas Steneberg</i> | |
| • Fleischalternativen aus Pilzkulturen könnten helfen, die Wälder der Erde zu retten | |
| Umwelt aktuell | 56 |
| • Die Fichte stirbt weiter, die anderen Baumarten leiden stark | |
| • Falter im Sinkflug | |
| • Altkleider und Second-Hand-Mode | |
| • Umweltbelastung durch Diclofenac lässt sich verringern | |
| Kinder Umwelt Gesundheit | 60 |
| • Nachhaltige Ernährung ist in vielen Familien unbekannt | |
| Candida aktuell | 61 |
| • Darmbakterien beeinflussen das Wachstum von Pilzen | |
| Verbraucherschutz | 62 |
| • Bisphenol A in Lebensmitteln stellt ein Gesundheitsrisiko | |
| Bücher | 63 |
| Forschung und Therapie aktuell | 65 |
| • Vitamin-D-Forschung | |
| • Neue Proteine sollen glutenfreie Backwaren revolutionieren | |
| Heilpflanzen | 67 |
| • Petersilie - Giftpflanze des Jahres 2023 | |
| • Gewöhnlicher Feigenkaktus – <i>Opuntia ficus-indica</i> | |