



## NAVZKRIŽNI ALERGENI

Včasih se zgodi, da nekdo, ki je na neko snov alergičen, doživi enak odziv tudi ob stiku s kakšno drugo, sorodno snovjo. Če je nekdo alergičen na kravje mleko in pokaže enak odziv tudi takrat, ko je govedino, govorimo o navzkrižni alergiji. Na določene alergene, ki so med seboj sorodni, se telo odzove podobno.

Zanimivo je, da so alergeni breze, jelše, leske, bukve in hrasta skoraj enaki in povzročajo navzkrižni odziv. Vzrok je v dejstvu, da obstaja med pelodi breze in jelše ter koščičastim sadjem, češnjami, marelicami, breskvami in jabolki in lešniki tako imenovano botanično sorodstvo (vsebujejo podobne beljakovine), zato povzročajo navzkrižne alergije.

Če je oseba preobčutljiva za neki alergen, se lahko ob stiku z drugim alergenom sproži alergijska reakcija. Pri pelodno-prehranski navzkrižni alergiji pride po zaužitju hrane do srbenja, oteklih ustnic, jezika in žrela, hripavosti. Lahko pride tudi do krčev v trebuhu, bruhanja, koprivnice, splošne slabosti, driske, nahoda, solzenja. Še hujši splošni znaki so lahko dušenje, težave pri požiranju, tudi znižanje krvnega tlaka in nezavest (anafilaksa).

Nekaj najpogostejših navzkrižnih alergij povzročajo:

- \* breza: jabolka, koščičasto sadje, kivi, lešniki, arašidi, zeli in začimbe (janež, curry, paprika, poper)
- \* pršica: morski sadeži
- \* trave: žita, paradižnik, soja, grah
- \* lateks (v izdelkih iz prave gume): banana, avokado

JAJCA: perutnina, perutninski iztrebki, perje, jajčni beljak, cepiva, ki vsebujejo jajčni beljak, rumenjaki, ptičji serum, meso perutnine;

MLEKO: kravje, kozje;

MED: vsebuje spore plesni, alge, organske sestavine čebel, pelodi, encimi čebeljih izločkov, čebelji strup;

BREZA: paradižnik, krompir, jajčevci, paprika, poper, čili, jabolka, breskve, marelice, jagode, češnje, mandlji, hruške, slive, črni ribez, koper, luštrek, lešniki, pelodi leske, jelše, bresta, gabra;

PELODI TRAV: moka zlasti pšenična in ržena, ovseni kosmiči, ječmen, ričet, koruza, navzkrižnost z rižem, soja, arašidi;

PELIN navadni; curry, kamilica, paprika, poper, cimet, muškat, ingver, česen, pelin, arnika, artičoka, regrat, sončnica, sončnično seme;

PRŠICE: raki, lignji, polži, garnjele;

LATEKS: banana, kivi, avokado, marelica, lešnik, kostanj, grenivka, pasijonka, ananas, papain (encim iz papaje v industriji živil, kozmetike in zdravil);

ZDRAVILA – ASPIRIN (acetilsalicilna kislina):

Sadje: grozdje, ribez, borovnice, datlji, slive, suhe slive, maline, breskve, pomaranče, ananas, višnje,

Zelenjava: kumare, paradižnik, sladka koruza, šampinjoni, zelene olive, rdeča in zelena paprika, korenje, grah, krompir, zelje, cvetača, leča, endivija, čebula, špinača,

Začimbe: curry, gorčica, janež, poper, pekoča paprika, origano, cimet, soja, peteršilj, koriander, komarček, česen,

Pijače: čaj, kava, vina, kakav.

Povzeto po prof. dr. Ema Mivšek – Mušič, dr. med.