



Lebensmittelallergie Neurodermitis

Was darf mein Kind essen?





Fallbeispiel: der Kindergeburtstag

„Zum Geburtstag“. Die 3 1/2-jährige Maja streckt ihrer Mutter die Einladung zum 4. Geburtstag ihrer Kindergartenfreundin Julia entgegen. Ihr erster Kindergartengeburtstag! Susanne Meier, Majas Mutter, lächelt. Sie ist aber auch froh, dass die Telefonnummer von Julias Eltern auf der Einladungskarte vermerkt ist. Denn Maja ist Allergikerin. Immer, wenn sie mit anderen Kindern zusammen feiert, wenn es Geburtstagstorte und Apfelsaft gibt, muss es für Maja Alternativen geben, um keinen neuen Ekzemschub auszulösen.

„Neurodermitis“. Die Diagnose der Kinderärztin war zunächst ein Schock für die ganze Familie gewesen. Mit drei Monaten bildete sich bei Maja ein schorfiger Ausschlag auf den Wangen und über den Augenbrauen, der sich in kürzester Zeit am Hals sowie in Armbeugen und Kniekehlen ausbreitete. Da Susanne seit zwei Wochen Säuglingsmilch zufütterte, vermutete die Ärztin eine Lebensmittelaller-

gie. Die Blutuntersuchung brachte die Bestätigung: Eine deutliche Anzahl an Antikörpern gegen Eiweiß aus der Kuhmilch und gegen Hühnerei hatten sich in Majas Blut gebildet.

Ab diesem Zeitpunkt bekam Maja statt Säuglingsmilch eine Spezialnahrung für Säuglinge zugefüttert, die nur äußerst selten allergische Reaktionen auslöst. Susanne durfte, solange sie stillt, keine Nahrungsmittel mehr essen, die Milch oder Ei enthalten. Gemüse, Obst, milchfreie Brotsorten oder eifreie Nudeln: Das bedeutete eine ganz schöne Umstellung beim Kochen. Aber dank der Hilfe einer auf Allergien spezialisierten Ernährungsberaterin gelang es Susanne und ihrem Mann, einen abwechslungsreichen Speiseplan für alle zusammenzustellen, der sowohl auf Milchprodukte wie auf Ei völlig verzichtete. Auch das „lästige“ Eincremen wurde bald zur Routine, oft cremt sich Maja selbst mit ihrer rückfettenden Spezialsalbe ein.

Mit drei Jahren hat sich Majas Milchallergie bereits „verwachsen“. Sie verträgt wieder ein kleines Glas Frischmilch und einen Joghurt am Tag, nur bei größeren Mengen bildet sich noch hin und wieder ein Ekzem. Die Kinderärztin beruhigt: „Das wird sich bald geben“. Hartnäckig gehalten hat sich aber die Eierallergie. Sobald Maja auch nur die kleinste Menge Ei isst, muss mit einem neuen Ekzemschub gerechnet werden.

„Riiing“. Das Telefon klingelt und reißt Susanne aus ihren Gedanken. Am Apparat ist die Mutter von Julia, dem Geburtstagskind. „Ich habe gesehen, dass in der Gruppe eine Liste mit Lebensmitteln aushängt, die Maja nicht essen darf ...“. Susanne erzählt von Majas Lebensmittelallergie und beide besprechen, was Maja auf der Feier essen kann und was nicht. „Popcorn und Fruchtgummis sind toll. Und bitte keinen Saft“, betont Susanne nochmals, denn die wenigsten Menschen wissen, dass bei Fruchtsäften oft Eiklar zum Klären verwendet wird. Ob im Kindergarten der Speiseplan immer eingehalten wird, möchte Julias Mutter am Schluss des Gesprächs wissen. „Bis jetzt schon. Zuerst war ich etwas unruhig, aber bevor es losging, habe ich mich mit den Erzieherinnen zusammengesetzt und wir haben alles genau besprochen“. Susanne erzählt von den einfachen Regeln, die sie gemeinsam festgelegt haben:

Ihr Kindergartenfrühstück bringt Maja, genau wie die anderen Kinder, selbst mit. Die Erzieherin achtet genau darauf, dass Maja nichts bei den anderen Kindern mitisst, das ihr schaden könnte. Ausnahmen werden lediglich bei Obst und Gemüsestücken gemacht. An der Wand hängt eine Liste mit den Lebensmitteln, die Maja nicht essen oder trinken darf, wie z. B. Eis, Kuchen, Kakao, aber auch Fruchtsäfte. Wird im Kindergarten gefeiert, steht immer ein Vorrat von eifreien Keksen bereit, damit Maja nicht zuschauen muss, wenn die anderen Kinder vielleicht Kuchen mit Ei oder Eis essen. Susanne bedankt sich für den Anruf. Sie ist froh,



dass jetzt für das Fest alles klar ist. Zwei Tage später ist es soweit: Susanne liefert Maja bei der Geburtstagsfeier ab. Sie hat Maja eine große Portion eifreien Marmorkuchen mitgegeben, damit alle Kinder, die möchten, von Majas Spezialkuchen probieren dürfen. Noch einmal winken, dann fährt Susanne zum Einkaufen. In drei Stunden soll sie zurückkommen und Maja abholen.

Pünktlich um 18:00 Uhr ist sie zurück. Im Hausflur trifft sie die Mutter von Jan, Frau Kirsch, die ihren Sohn auch vom Geburtstag abholen möchte. Frau Kirsch beginnt sofort von ihrem jüngsten Sohn zu erzählen. Philipp ist acht Monate alt und hat seit wenigen Tagen einen merkwürdigen Ausschlag. Ob das auch eine Lebensmittelallergie sein kann, möchte sie von Susanne wissen. Susanne rät zum Besuch bei einem Kinderarzt. „Sind die Allergietests nicht schrecklich für ein Baby?“, fragt Frau Kirsch besorgt. Susanne kann beruhigen: „Der Kinderarzt nimmt zunächst Blut, das ist nur ein kleiner Pieks. Hauttests werden bei kleinen Kindern normalerweise nicht gemacht. Dann wird die Nahrung umgestellt und beobachtet, ob und wann eine Besserung auftritt. Wird die allergenarme Basisdiät gut vertragen, kommen immer mehr Lebensmittel dazu. Da es besonders bei Einführung von Milch, Ei, Fisch und Nüssen zu lebensbedrohlichen Symptomen kommen kann, wird dieser „Provokationstest“ meist in der Klinik durchgeführt. Weniger gefährliche Lebensmittel können auch zu Hause in Form einer Suchkost getestet werden. Dabei ist es sehr wichtig, dass die Mutter ein Allergietagebuch führt. So weiß der Arzt genau, wann welche Veränderungen aufgetreten sind“, Frau Kirsch ist erst mal beruhigt und beschließt, mit ihrem kleinen Sohn am nächsten Tag zum Arzt zu gehen.

Zusammen betreten sie die Wohnung des Geburtstagskinds. Maja strahlt und springt ihrer Mutter entgegen. Sie hält eine Tüte mit Fruchtgummis und Popcorn fest in der Faust, „Viel Spaß hat es gemacht“, da ist sich Maja ganz sicher. „Wann ist mein Geburtstag?“, möchte sie als erstes von ihrer Mutter wissen.