

# Paraberksyndroom

## Wat is...

Wanneer een allergie toeneemt, kan ook een allergie voor verwante producten ontstaan. Zo kan bij een allergie voor berkenpollen, die in het voorjaar klachten van hooikoorts kunnen veroorzaken, op den duur ook een allergie ontstaan voor vruchten en noten. In dat geval spreekt men van een paraberksyndroom. Verondersteld wordt dat tenminste 50%, mogelijk zelfs 90% van de personen met een allergie voor berkenpollen uiteindelijk ook een allergie voor appels en hazelnoten krijgen.

## Hoe ontstaat het paraberksyndroom?

Bij een allergie worden in het lichaam antistoffen aangemaakt, die specifiek gericht zijn tegen de stof waarvoor men allergisch is. Deze antistoffen herkennen soms ook vergelijkbare (delen van) eiwitten, die in andere producten aanwezig zijn. Dit verschijnsel noemt men 'kruisallergie'.

Bij het paraberksyndroom ontstaat er bij een allergie voor berkenpollen een kruisallergie voor onder andere:

- Pollen van els en hazelaar;
- Fruitsoorten: aardbei, appel, abrikoos, braam, framboos, kers, kiwi, mango, nectarine, peer, perzik en pruim;
- Noten: amandel, hazelnoot, kastanje, kokosnoot en pistache;
- Groenten: aardappel, selderij, tomaat en wortel.

Meestal wordt men niet allergisch voor alle hierboven genoemde voedingsmiddelen. Doorgaans gaat het slechts om enkele voedingsmiddelen, meestal appel, peer en hazelnoot.

## Is het te behandelen?

Bij een allergie voor berkenpollen, kan met een hyposensibilisatiekuur, de allergie voor deze berkenpollen verminderen. Maar met een dergelijke hyposensibilisatiekuur verminderen de klachten van de voedselallergie niet. Er is voor de voedselallergie dan ook geen behandeling, anders dan het zo goed mogelijk voorkomen van contact met de voedingsmiddelen, waarvoor men allergisch is.

Het volledig vermijden van contact met de betreffende voedingsmiddelen is in het dagelijks leven niet makkelijk. Vooral wanneer men uit eten gaat of bij anderen gaat eten, kan onbedoeld toch contact met de voedingsmiddelen ontstaan. Wanneer door de allergie ooit een anafylactische shock is ontstaan, wordt voor noodgevallen een injectiepen voorgeschreven. Deze EPI-pen moet men altijd bij zich dragen. Bij het ontstaan van een shock moet de injectie onmiddellijk toegediend worden.

Voor behandeling van hooikoortsklachten door berkenpollen zijn er uiteenlopende behandelingen

mogelijk met: neussprays, oogdruppels en/of tabletten.

## **Wat kunt u er zelf aan doen?**

Vermijdt contact met de voedingsmiddelen waarvoor u mogelijk allergisch bent. Na het bakken of koken van fruit of groenten waarvoor men allergisch is, worden de eiwitten die de allergie veroorzaken, vernietigd. Daarom kan men fruit of groenten, waarvoor men allergisch is, na bakken of koken gewoon eten. Bijvoorbeeld; appel of peer verwerkt in een gebakken taart kan gewoon gegeten worden, terwijl men allergisch is voor de onbewerkte appel of peer.

### **LET OP: ER ZIJN OP DEZE REGEL UITZONDERINGEN**

Niet bij alle fruitsoorten of groenten, worden door verhitting de eiwitten vernietigd, waarvoor men allergisch is. In dat geval zal ook na bakken of koken, een allergische reactie ontstaan, wanneer men deze voedingsmiddelen eet.

Bij een allergie voor noten, blijft de allergie ook in de verwerkte vorm, bijvoorbeeld in chocolade, koeken et cetera onverminderd aanwezig. Wanneer men allergisch is voor noten, vooral hazelnoten, dan moet men zorgvuldig voedingsmiddelen vermijden, waarin deze noten verwerkt zijn. Dus ook voedingsmiddelen, die een intensieve bewerking ondergaan hebben.

## **Wat zijn de vooruitzichten?**

Het paraberksyndroom verdwijnt nooit. U behoudt het levenslang. Het is daarom noodzakelijk om altijd de voedingsmiddelen te blijven vermijden waarvoor u allergisch bent. Voedingsmiddelen uit het rijtje waarvoor u niet allergisch reageert, kunt u gewoon blijven eten. Maar het is mogelijk dat in de loop der jaren de allergie toeneemt en ook allergieën ontstaan op andere voedingsmiddelen uit het bovengenoemde rijtje, die u nu nog kunt verdragen.

## **Symptomen**

Na het eten van de voedingsmiddelen, waarvoor men allergisch is, kunnen uiteenlopende klachten ontstaan variërend van mild eczeem en galbulten tot heftige jeuk in mond- en keelholten, maag-/darmklachten en ademhalingsproblemen. Een enkele keer kan zelfs een zeer ernstige reactie met shock ontstaan. Een zeer ernstige reactie met soms shock tot gevolg, wordt vooral gezien bij een allergie voor hazelnoten.