

## Allergiát okozhatnak az ételadalékok?



A modern élelmiszeripar egyik sajátossága az adalékanyagok alkalmazása. Az ételadalékok használatának célja lehet tartósítás, ízfokozás, színezés, vagy állagjavítás. Bizonyos összetevők azonban allergiás tünetek okozói is lehetnek.

Wellness Cafe  
2011. 04. 22.

### Enyhe bőrpírt és életveszélyes tüneteket is okozhat

A szaknyelven additív allergiának nevezett betegséget a termékekben jelenlévő tartósítószeres és különböző adalékanyagok, antioxidánsok, esetleg mesterséges színezékek és ízfokozók okozzák. Előfordulhat, hogy két összetevő külön-külön ártalmatlan, együtt azonban allergiás reakciót okoz. Az additív allergia jellemzően aluldiagnosztizált betegség, a diagnózis pedig annál is inkább nehéz, mert az allergén "rejtve" van az élelmiszerekben. - mondta el dr. Balogh Katalin, a Budai Allergiaközpont allergológus főorvosa.

Az ételadalékok okozta allergiás tünetek jelentkezhetnek a száj környékén, vagy a felsőtesten jelentkező bőrpír, vagy csalánkiütés formájában. Jóval ritkább, de annál súlyosabb, életveszélyes allergiás reakció az anafilaxiás sokk, melynek során a betegen testszerte jelentkezhet csalánkiütés, a gégeduzzanat következtében légzése nehezítetté válik, szíverése felgyorsul, a vérnyomáscsökkenés következtében ájulás, eszméletvesztés következhet be.

### A leggyakoribb allergének

Az ételadalékok közül a legtöbb problémát jellemzően a tartósítószeres okozzák: a nátrium benzoát, a nátrium glutamát, a szorbinsav és a szalicilek, de az ízfokozók is kiválóan sokszor súlyos, anafilaxiáig is elmenő allergiás reakciót.

Az élelmiszeriparban az úgynevezett E-számozási rendszer hivatott arra, hogy nyelvi megkötöttség nélkül jelölje az adott termékben található adalékanyagokat. Ezeket a gyártónak kötelessége feltüntetni a terméken.

Az E211-es számmal jelölt nátrium benzoát nyomokban, számos élelmiszerben – tejtermékekben, gyümölcsökben, mézben - természetes alkotóelemként is jelen van, tartósítószerként adagolva azonban fogyasztását követően mellékhatások jelentkezhetnek. Fennáll a gyanú, hogy lebomlásakor megterheli a májat, ezen kívül az arra érzékenyeknél – különösen az aszpirin allergiásoknál – allergiát, asztmát és csalánkiütést okozhat.

Az E621-es számmal ellátott nátrium glutamátot általában húskészítményekhez, ízfokozóként adagolják. Fogyasztása az arra érzékenyeknél nyaki és hátfájást, gyengeséget, fejfájást, szapora szívdobogást okozhat. A kínai étterem szindrómaként is definiált bőrpírral és hányingerrel kísért tünet együttes feltehetően a nátrium glutamát és a többi összetevő kölcsönhatásának következménye.

A szorbinsav a természetben is megtalálható szerves vegyület, melyet élelmiszerekben



tartósítószerként használnak. Gátolja az élesztők, a penészgombák és néhány baktérium növekedését. Fogyasztása érzékeny embereknél irritálhatja a nyálkahártyát és a bőrt.

A lekvárok, dzsemek és szörpök eltevésére használt szalicileket több, láz- és fájdalomcsillapításra alkalmazható gyógyszer összetevői közt is megtalálhatjuk. Érzékeny egyéneknél fogyasztásuk csalánkiütést, nyelvzsibbadást, nehéz légzést okozhat. Szakszerű segítség hiányában a beteg állapota rövid időn belül életveszélyessé válhat.

### **Hogyan vizsgálható?**

Az élelmiszer-adalék allergia vizsgálat indokolt lehet, ha bizonyos ételek fogyasztását követően, akár alkalmasszerűen is, de tapasztaltuk már a felsorolt tüneteket. A panaszokat okozó összetevő epicutan teszttel kimutatható. A vizsgálat során készen kapható speciális kamrás tapaszokra viszik fel az allergéneket, majd a tapaszt a hát bőrére rögzítik. 20 és 40 perc elteltével a szakorvos leolvassa az eredményt. Az allergének helyén jelentkező bőrpír, vörösség alapján megállapítható az allergia.

Az additív allergia egyetlen kezelési módja, ha a továbbiakban kerüljük az adott összetevőt tartalmazó készítményeket.

*Forrás: [www.allergiakozyont.hu](http://www.allergiakozyont.hu)*