



© Fotogo  
**Dr. Sabine Poschwatta-Rupp**  
Redaktion



© Daniel Regel  
**Dr. Udo Maid-Kohnert**  
Redaktionsleiter

## Verträglich oder nicht verträglich – keine einfache Frage

Lebensmittelunverträglichkeiten sind – fast – in aller Munde. Die Ursachen sind vielfältig, und häufig sind es die Ernährungsfachkräfte, die mit verzweifelten Patient\*innen konfrontiert werden, nachdem diese bereits eine Odyssee durch Arztpraxen verschiedener Fachdisziplinen durchlaufen haben. Zusätzlich sind Betroffene durch das Internet oder ihr persönliches Umfeld verunsichert.

Auch für die Fachwelt bleibt dieser Themenbereich äußerst komplex und ist rasanten Änderungen unterworfen. In vielen Bereichen hat es in letzter Zeit Paradigmenwechsel und neue Erkenntnisse gegeben, die zum Teil ein völliges Umdenken erfordern. Sachverhalte, die noch vor etwa 20 Jahren als fester Bestandteil der Empfehlungen galten, sind heute hinsichtlich der Allergieprävention kontraproduktiv. Hier sei beispielhaft die Karenzempfehlung bestimmter Lebensmittel im frühen Kindesalter genannt. Seit Beginn der 2000er Jahre legt man den Fokus auf Toleranzentwicklung in der Prävention, also auf die toleranzinduzierende Konfrontation mit dem Allergen statt „vorbeugender“ Karenz. Konzepte zur Toleranzinduktion lassen auf kausale Therapieoptionen einiger, insbesondere lebensgefährlicher Allergien hoffen. Auch Erkenntnisse zur Beeinflussung der Verträglichkeit durch bestimmte Zubereitungsweisen bzw. die Kombination bestimmter potenziell unverträglicher Lebensmittel geben den Betroffenen mehr Lebensqualität.

Einen bedeutenden Beitrag zur Diagnostik und Therapie leistet die Grundlagenforschung zum Verständnis der Eigenschaften der Allergenstrukturen. Je besser molekulare Strukturen, Wirkung und Stabilität verstanden werden, umso gezielter können Diagnostik und Therapie konzipiert werden. Mit der molekularen Allergendiagnostik lassen sich z. B. verschiedene Allergene aus einem Lebensmittel differenzieren, die sich in ihren physikalischen und allergologischen

Eigenschaften (u. a. Symptomatik, Manifestationsort, Reaktionszeit) erheblich unterscheiden. Auch diese Tatsache kann für Betroffene mehr Freiheiten ermöglichen, da sie gezielter beraten werden können. Dies gilt auch für die Getreideunverträglichkeiten, die mit mehreren Beiträgen im Heft vertreten sind.

Auch hinsichtlich der Intoleranzen gegenüber Kohlenhydraten und Histamin gab es deutliche Erkenntnisgewinne, aus denen neue Therapiekonzepte resultieren. Die bisherige Bedeutung der Fructose im Kontext von Nahrungsmittelunverträglichkeiten muss neu definiert werden. Daher schließt der Beitrag im Heft alle aktuellen ernährungsphysiologischen Aspekte rund um die Fructose mit ein. Aus allen Beiträgen wird deutlich, wie essenziell eine konstruktive interdisziplinäre Zusammenarbeit aller beteiligten Berufsgruppen für eine erfolgreiche Diagnostik und Therapie ist.

Ein ganz herzlicher Dank an die Autor\*innen: Sie haben die aktuellen Entwicklungen in ihren für dieses Sonderheft neu verfassten bzw. umfassend aktualisierten Beiträgen berücksichtigt.

Das Ziel der Ernährungstherapie ist u. a. neben der Wiederherstellung und des Erhaltes der Lebensqualität auch die wichtige Komponente der Toleranzerhaltung. Dieses Heft soll alle in diesem Arbeitsbereich Aktiven dabei unterstützen und liefert daher in einer kompakten Form die wichtigen Aspekte auf aktuellem wissenschaftlichen Stand zum Erscheinungsdatum. Um Wiederholungen zu vermeiden, wurde das Glossar zentral für alle Beiträge angelegt.

*Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und viel Erfolg bei der Umsetzung im Arbeitsalltag.*

*Sabine Poschwatta-Rupp  
Udo Maid-Kohnert*