

Wuppertal, 03. Dezember 2010

Nussallergie: Gerade in der Weihnachtszeit ist Vorsicht geboten

Nüsse und Mandeln zählen zu den 14 Hauptallergenen und sind daher kennzeichnungspflichtig. Allerdings gibt es zwei Ausnahmen: Lose Ware und Kleinstpackungen unterliegen nicht der Kennzeichnungspflicht. Gefährlich kann das für Menschen mit Nuss-Allergie sein. „Schon das Einatmen von Nussstäuben, beispielsweise beim Öffnen einer Verpackung, kann eine allergische Reaktion auslösen“, so Marianne Rudischer, ernährungsmedizinische Beraterin der BARMER GEK.

Gerade in der Weihnachtszeit ist Vorsicht geboten: Nüsse sind häufig in Broten, Stollen, Keksen, Lebkuchen, Marzipanerzeugnissen, Nougat und Schokoladenprodukten enthalten. Spuren von Nüssen, die nicht zu den regulären Zutaten gehören, können beispielsweise durch Transport- oder Produktionsabläufe unbeabsichtigt in ein Lebensmittel gelangen und müssen nicht ausdrücklich gekennzeichnet werden. Die Hersteller geben daher auf der Verpackung häufig den Hinweis „kann Spuren von Nüssen enthalten“ an. Diese Angabe ist rechtlich nicht vorgeschrieben und bedeutet, dass das Produkt das Allergen enthalten kann, aber nicht unbedingt enthalten muss. „Verbraucher können also nicht sicher sein, dass solche Produkte keine unbeabsichtigten Spuren von Nüssen enthalten. Deshalb sollten sie vorsorglich gemieden werden“, so Rudischer.

Auch auf dem Weihnachtsmarkt sollten Allergiker vorsichtig sein, denn viele der dort angebotenen Lebensmittel werden lose verkauft und müssen daher ebenfalls nicht gekennzeichnet werden. Vor allem Kinder können das Risiko von versteckten Allergenen nicht einschätzen. „Am besten ist es daher, auf dem Weihnachtsmarkt beispielsweise auf Kokosnüsse auszuweichen: Sie sind keine Nüsse im botanischen Sinne, sondern zählen zu den Steinfrüchten. Zu Hause kann man selbstgebackene Plätzchen anbieten.“

Pressestelle

Lichtscheider Straße 89
42285 Wuppertal

Tel.: 0202 56 81 99 14 01
Fax: 0202 56 81 99 14 59
presse@barmer-gek.de
www.barmer-gek.de

Athanasios Drougias (Ltg.)
Tel.: 0202 56 81 99 14 21
athanasios.drougias@barmer-gek.de

Dr. Kai Behrens
Tel.: 030 25331 44 3020
kai.behrens@barmer-gek.de