



PROJEKT
Laktoseintolerant –
“Der Laktase auf der Spur“

Glyx4you.com
Die Ernährung mit **Biß**
Gesundes Tulln ^T

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten Der Kampf mit dem Bauchkrampf

Referent: Ing.-Kons. Univ.-Doz. DDr. Hans Schön, MSc, Ernährungsmediziner

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten erzeugen die unterschiedlichsten Symptome und sind für die meisten Bauchbeschwerden der hiesigen Bevölkerung verantwortlich.

Die Betroffenen sind aufgebläht, klagen über chronische Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Hitzewallungen, Kopfschmerzen, Migräne, Juckreiz, Ekzeme, Durchfälle, Stuhlnunregelmäßigkeiten, Reizdarm, Gewichtsprobleme, Reflux, Herz-Rhythmusstörungen, Stimmungsschwankungen, Panikattacken, Depressionen, Regelschmerzen, Hautausschläge, rinnende Nasen, Hyperaktivität, Aufmerksamkeitsdefizit, Wasseransammlung im Gewebe, Atembeschwerden und sogar schockähnliche Zustände.

Bei einer routinemäßigen ärztlichen Untersuchung bleiben die Ursachen dafür meist unerkannt: Intoleranzen gegen Laktose, Fruktose, biogene Amine (Histaminintoleranz) und andere Pseudoallergene wie Nickel, Salicylate, Glutamate, Pökelsalz oder Benzoesäure.

Andere Nahrungsmittel-Intoleranzen entwickeln sich durch Einbeziehung des Immunsystems unter Ausbildung von Nahrungsmittel-Immunkomplexen, die im Verdauungstrakt Entzündungsreaktionen auslösen. Die Folgen sind unterschiedlich und nicht vorhersehbar. Durch Nahrungskarenz der unverträglichen Nahrungsmittel wie zum Beispiel Kuhmilch, Vollei, Kakao, Paranüsse, Reis, Weizen, Gluten, Hülsenfrüchte, Hefeextrakte, Teig- und Fertigbackwaren und Ernährungsumstellung sind die Betroffenen bald danach wieder beschwerdefrei.

Nach den Ergebnissen des Wasserstoff-Atemtests für Fruktose, Mundschleimhautabstriches oder Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten Bluttests für die übrigen Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten erfolgt eine Ernährungsberatung - eine Kontrolle ist in den meisten Fällen nicht notwendig. Obwohl die Symptome unspezifisch sind, können durch klinische, physikalische, allergologische und genetische Untersuchungen eine Reihe von Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten charakterisiert werden.

Die Kenntnis dieser Störungen und deren Diagnostik und Therapie tragen dazu bei, Missverständnisse zwischen Patienten und Ärzten zu vermeiden und den Wildwuchs nicht evidenzbasierter diagnostischer und therapeutischer Verfahren einzudämmen.

Nachbericht zum Vortrag vom Freitag, 14. September 2014; 18:00 Uhr – Rathaus Tulln

Ing.-Kons. Univ.-Doz. DDr. Hans Schön, MSc
Herzogstraße 13, 3500 Krems;
www.labmed.at, Tel: 02732-79575