

## Povezanost između inhalacijskih alergena i njihovih homologa iz hrane – unakrsne reakcije

Sandra Bival, mag. nutricionizma  
dr. sc. Eva Pavić, univ. spec., dipl. ing.  
Služba za prehranu i dijetetiku, KBC Zagreb

### UZROCI

Alergije su uzrokovana reakcija imunološkog sustava na razne izvore – životinjskog podrijetla, grinje, plijesan, pelud, lateks, lijekove, biljke, hranu. Većinu neprehrambenih alergija prate reakcije u usnoj šupljini ili gastrointestinalnom traktu.

Do 80% osoba s određenim alergijama ima reakcije koje uključuju usnu šupljinu ili gastrointestinalni trakt. Razlog za nastanak unakrsnih reakcija leži u strukturnoj sličnosti među proteinima, kao što je to na primjer u slučaju peluda i hrane.

ALERGEN	HRANA	SIMPTOMI
Pelud breze	Jabuka, mrkva, celer, kruška, marelica, rajčica, trešnje, orašasti plodovi (nerijetko: drugo voće i začini)	<ul style="list-style-type: none"> <li>svrbež, peckanje i/ili otok usana, jezika i/ili usne šupljine, osjećaj stezanja u grlu</li> </ul>
Pelud loboda	Banana, dinja, breskva (nerijetko: nektarina, šparoge, kivi, krumpir, masline, luk)	
Pelud divljeg pelina	Mrkva, celer, anis, breskva (nerijetko: drugo voće, povrće i začini)	
Pelud ambrozije	Dinja, krastavci, banana, suncokret	
Pelud mačjeg repka (trava)	Jabuka, rajčica, celer, kukuruz, paprika	
Pelud korova (trava)	Dinja, kamilica, med, banana, suncokret	
Lateks (kaučukovac)	Banana, avokado, kesten, jabuka, kivi, krumpir, rajčica, dinja, papaja; manje često: smokva, ananas, breskva, kruška, orah, lješnjak, badem, grejp, jagode, špinat, salata, celer, razni začini	<ul style="list-style-type: none"> <li>u oko 10% slučajeva radi se o crijevnim simptomima</li> </ul>
Grinje	Škampi, jastog, rakovi, lignje, školjke, kamenice	

Hrana koja izaziva uobičajene unakrsne reakcije:

- Škampi, jastog, rakovi / lignje, školjke, kamenice – povezano s alergijom na grinje
- Kikiriki – moguća unakrsna reakcija na leguminoze, pšenicu, kukuruz
- Orašidi (orah, lješnjak, brazilski oraščići), pistacija, indijski oraščići
- Kravlje mlijeko – u 90% slučajeva s ovčjim i kozjim mlijekom, a u 10% s goveđim mesom
- Kokošja jaja – rijetko: jaja druge peradi i meso peradi
- Žitarice (pšenica, zob, ječam, raž, proso, sirak, kukuruz, riža) – samo u 20% slučajeva međusobno reagiraju
- Brašno – uzeti u obzir unakrsne reakcije kod alergije na grinje
- Riba – česte su unakrsne reakcije čak između slatkovodne i morske ribe
- Sjemenke, sezam, gorušica (senf), suncokret
- Breskva i dinja – često unakrsno reagiraju s drugim voćem (općenito blagim reakcijama)
- Lateks – s voćem, biljkama (oleander, kaktus), gumom

## SIMPTOMI

Alergijske reakcije koje uključuju probavni trakt mogu dovesti do širokog raspona simptoma, od trnjenja u ustima do opasnih reakcija po život, u trajanju od nekoliko sati do nekoliko dana. Najmanje 30% oboljelih imaće simptome nalik funkcionalnom poremećaju crijeva – sindrom iritabilnog crijeva, dijareju ili dispepsiju: mučninu, povraćanje, nadutost, grčeve i bol u trbuhu, probleme s gutanjem ili refluks. Trnci, otekline, svrbež usana, jezika i grla česti su alergijski simptomi kod alergija na hranu koji se često povećavaju paralelno s peludnom hunjavicom. Ostali mogući simptomi alergije na hranu su kožne reakcije – svrbež (urtikarija), osip, edem ili otekline te respiratorni problemi – curenje iz nosa i sinusa, astma ili bronhitis. Moguće su i reakcije živčanog sustava – umor, kronični umor, gubitak koncentracije, migrene, mišićno-koštani simptomi, uključujući bol u zglobovima i mišićima. Alergije na hranu mogu dovesti do reakcija izvan probavnog trakta, kao što su ekcemi, bez crijevnih simptoma. Moguć je i anafilaktički šok.

Atopijski dermatitis/ekcem povezan je s alergijom na jaje, kravlje mlijeko i kikiriki, a uklanjanje alergena dovodi do značajnih rezultata u većini djece. Većina slučajeva se poboljša u vrijeme tinejdžerskih godina, ali se u nekim slučajevima razvijaju respiratorne alergije.

- Alergije na hranu uslijed unakrsnih reakcija s peludom mogu se povećati tijekom peludne sezone, a naknadno se smanjiti. Dakle, određena hrana se može tolerirati samo izvan visoke sezone peluda.
- Ako postoji alergija na ribu najbolje je izbjegavati sve ribe zbog visoke mogućnosti križnih reakcija.
- Reakcije na ribe, pogotovo ako nisu svježije, mogu uključivati preosjetljivost na histamin, ali ne alergiju na ribu. Najčešće unakrsne reakcije od voća uzrokuju breskva i dinja.
- Alergije na hranu mogu izazvati simptome izvan probavnog trakta, kao što su ekcemi, bez izazivanja relevantnih crijevnih simptoma.

### Literatura

- Bartra J et al. From Pollinosis to Digestive Allergy. *J Investig Allergol Clin Immunol* 2009;19(Suppl 1):3-10.
- Ferreira F, Hawranek T, Gruber P, Wopfner N, Mari A. Allergic cross-reactivity: from gene to clinic. *Allergy* 2004;59:243-267.
- Konstantinou GN, Grattan CEH. Food contact hypersensitivity syndromes: the mucosal contact urticaria paradigm. *Clin Exp Dermatol* 2008;33:383-389.
- ACENTA – Arkansas Center For Ear, Nose, Throat and Allergy (<http://www.acenta.com/allergy.foodallergy.asp>)

Izvor: [https://issuu.com/dijabetes/docs/casopis\\_dijabetes-slatki\\_zivot\\_4-2021](https://issuu.com/dijabetes/docs/casopis_dijabetes-slatki_zivot_4-2021)