

---

## Presseinformation

### **Deutscher Lebensmittelallergietag am 21. Juni Betroffene erhalten Beratung und Tipps bei der IKK Südwest**

Der Deutsch Allergie- und Asthmabund hat den 21. Juni 2013 zum Deutschen Lebensmittelallergietag erklärt. Damit will der Verein über die Krankheit aufklären und auf die Probleme der betroffenen Menschen aufmerksam machen. Die IKK Südwest unterstützt dieses Anliegen. Versicherte können sich von IKK-Ernährungsexperten zum Thema informieren und beraten lassen.

„Es gibt viele verschiedene Formen der Lebensmittelallergie und nicht immer ist die Diagnose leicht. Deshalb ist es wichtig, dass die Menschen selbst sensibilisiert sind für das Thema und ihren Körper genau beobachten. Jedes Nahrungsmittel kann ein möglicher Allergieauslöser sein“, weiß Marie-Louise Conen, Diplom-Ingenieurin (FH) für Ernährungs- und Haushaltstechnik und Referentin Gesundheitsförderung bei der IKK Südwest.

Hauptauslöser bei Säuglingen und Kleinkindern sind Hühnereier, Kuhmilch, Soja, Erd- und Haselnüsse sowie Weizen. Größere Kinder, Jugendliche und Erwachsene reagieren häufiger auf rohe Gemüse- und Obstsorten, Fisch, Gewürze und ebenfalls Nüsse. Dabei sind die allergischen Reaktionen ganz unterschiedlich: Sowohl die Atemwege wie auch die Haut oder die Verdauungsorgane können betroffen sein. Die schlimmste Form der allergischen Reaktion ist der anaphylaktische Schock, der sich in Form eines lebensbedrohlichen Kreislaufzusammenbruchs äußert.

- 2 -

---

Ansprechpartner: Roland Spengler  
Pressesprecher  
Tel.: 06 81/9 36 96-3000  
Mobil: 01 60/7 01 47 80  
Fax: 06 81/9 36 96-3013  
E-Mail: roland.spengler@ikk-sw.de

Martin Reinicke  
Referent Presse/Öffentlichkeitsarbeit  
Tel.: 06 81/9 36 96-3031  
Mobil: 01 70/ 8 52 17 88  
Fax: 06 81/9 36 96-3015  
E-Mail: martin.reinicke@ikk-sw.de

„Menschen, die unter einer Lebensmittelallergie leiden, müssen häufig sehr genau darauf achten, welche Nahrungsmittel sie zu sich nehmen und wie sie diese zubereiten. Auch gibt es versteckte Allergene, die in verarbeiteten Produkten oder loser Ware beim Bäcker oder Metzger vorkommen können. Eine Ernährungsberatung ist in jedem Fall sinnvoll und steigert bei vielen Betroffenen die Lebensqualität. Denn oft ist trotz Allergie eine ausgewogene Ernährung ohne strikte Diät möglich.“, erklärt die Ernährungsexpertin.

Informationen zu Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten sowie zu anderen Gesundheitsfragen erhalten Betroffene auch telefonisch bei den Ernährungsberaterinnen der IKK Südwest Marie-Louise Conen, Tel. 06 51/94 83-138, oder Eva-Maria Haas, Tel. 0 61 31/28 22-287.

Aktuell betreut die IKK mit rund 1.800 Mitarbeitern über 690.000 Versicherte und mehr als 100.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Die IKK Südwest ist an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die kostenfreie IKK Service-Hotline 0800/0 119 119 oder unter [www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de) erreichbar.