

Fisch

Fische gewinnen als Eiweißquelle mit ungesättigten Fettsäuren immer mehr an Bedeutung.

Eine Allergie muss von Unverträglichkeitsreaktionen, wie z. B. toxischen Reaktionen abgegrenzt werden. Die Häufigkeit einer Allergie ist in Ländern mit hohem Fischkonsum höher, als in Ländern mit geringem Fischverzehr. Salzwasserfische lösen häufiger eine Sensibilisierung aus, als Süßwasserfische.

Hauptallergen:

Parvalbumin, ein Eiweiß, das in allen Fischarten auftritt und hitzestabil ist.

Ist man gegen eine bestimmte Fischart allergisch, tritt oft auch eine unbemerkte Sensibilisierung gegenüber anderen Fischarten auf, obwohl sich keine sichtbaren Symptome entwickeln. Betroffene müssen auf alle Fischarten verzichten. Die Sensibilisierung kann sehr hochgradig sein. Teilweise kann das Einatmen des Kochdampfes oder des Staubes getrockneten Fisches bereits zum anaphylaktischen Schock führen. Als "verstecktes Allergen" kann es in Lebertran sowie in mit Fischmehl gefütterten Schweinen und Geflügel und in daraus hergestellten Wurstwaren und Eiern vorhanden sein.

In folgenden Produkten können Fischbestandteile enthalten sein: Brotaufstriche, chinesische, asiatische, skandinavische und südeuropäische Gerichte (wie z.B. Paella, Vitello tonnato, Fiskeboller, Bouillabaise...), Soßen und Würzpasten, Surimi, Lachsersatz, Kräcker und Chips mit asiatischen Geschmacksrichtungen.

