



- Kergemate sümptomite leevendamiseks piisab suukaudsetest antihistamiinikumidest.
- Raskemate reaktsioonide, anafülaksia korral on vajalik automaatsüstel Adrenaliini EpiPen kasutamine.

Kasutatud kirjandus

Julge, K., Vasar, M. 2004. Allergia ja toit. AS Ajakirjade Kirjastus.

Ortolani, C., Pastorello, E.A., Farioli, L., et al. 1993. IgE-mediated allergy from vegetable allergens. *Annals of Allergy, Asthma and Immunology*, 71, 470.

Bartra, J. Sastre, J., del Cuvillo, A. Montoro, J., et al. 2009. From Pollinosis to Digestive Allergy. *Journal of Investigational Allergology and Clinical Immunology*, 19.

Ferreira, F., Hawranek, T., Gruber, P., Wopfner, N., Mari, A. 2004. Allergic cross-reactivity: from gene to clinic. *Allergy*, 59, 243-267.

http://www.foodallergens.info/Facts/Pollen&Food/Which_Foods.html

RISTALLERGIA

Koostaja: laste ja noorukite allergiahaiguste keskuse
lasteõde Kairi Sokk ja arst-resident Jegor Rogatšov
2014

Õietolmuallergiaga kaasnev toiduallergia

Õietolmuallergiaga ehk pollinoosiga inimestel ilmnevad sageli allergianähud ka tooreste puuviljade, aedviljade ning pähklite söömisel. Miks see nii on? Tegemist on ristallergiaga, mis on tingitud sellest, et erinevat päritolu ainetel on väga sarnane valguline koostis. Õietolmu suhtes allergiku organism hakkab tootma IgE antikehi, mis tuvastavad konkreetse õietolmu. Kuid sama antikeha võib tuvastada ka teise taimeperekonna sama tüübi valke ja inimesel tekivad neist vaevused. Seda nimetatakse **ristreaktiivsuseks** ja allergiasümpptomeid **ristallergiaks**.

Sümptomid

Kõige sagedasemad on tooreste puu- ja aedvilja söömisel kontaktsümptomid:

- huultel, keelel, suus ja kurgus kipitus, pakitsustunne;
- sügelus ja turse.

Sümptomid tekivad kiiresti söögi ajal või pärast söömist ja seda nimetatakse oraalse allergia sündroomiks. Lisanduda võivad:

- nina sügelus, -kinnisus, vesine nohu, aevastamine, limaskesta turse;
- silmis kipitustunne, punetus, pisaratevoolus, laugude turse ja sügelus, silmavalgete punetus;
- oksendamine ja kõhulahtisus;
- naha erinevad ekseemid (dermatiit, urtikaaria, punetus, varem esinenud atoopilise dermatiidi ägenemine);
- kõrvavalu;
- kõris hääle kähedus, kõrikramp, -kitsenemus;
- harvem astmanähud;
- raskemal juhul allergiline üldreaktsioon ehk anafülaksia.

Allergianähud ja raskusaste võivad olla erinevad. Ristallergia taimsete toiduainete suhtes võib avalduda aastaringselt, kuid taimede õitsemisperioodil on haigusnähud tavaliselt kõige tugevamad. Samas on ka inimesi, kellel söödud toidust allergianähud tekivad ainult õietolmu perioodil. Tasub meeles pidada, et suvine porgand ja värsked kartul on allergeensem, kui üle talve seisnud juurviljad. Ainuüksi varase toore kartuli koorimine võib põhjustada pisaratevoolu ja käte kihelust.

Ristallergia korral tekitab allergianähte just toores puu- ja aedvili. Samas talub õietolmuallergiaga inimene oraalset allergia sündroomi põhjustanud puu- ja aedvilju terminiliselt töödelduna (keetmine, hautamine, küpsetamine). Terminiline töötlemine muundab allergiat tekitavaid valke, mistõttu talutakse neid toiduaineid.

Ristallergia erinevate toiduainete vahel

Ristallergia ei pruugi olla seotud ainult õietolmuallergiaga. Ristreaktiivsust esineb näiteks lehmapiima ja teiste imetajate piima vahel, kuna nende piim sisaldab samu allergeenseid valke kui lehmapiimigi. IgE-vahendatud lehmapiimaallergiaga lastest 90%-l esineb allergia ka kitsepiimale. Samas on mõningane valguline sarnasus ka lehmapiimal ja loomalihal. Kaunviljalised (herned, oad, läätsed, soja), erinevad pähklid (kreeka pähkel, Brasiilia pähkel, sarapuupähkel, pekanipähkel, pistaatsiapähkel), kalad ning seemned põhjustavad sageli rühmasisest ristallergiat. Ristreaktiivsus erinevate teraviljade vahel on aga harva esinev.

Lateksi ja puuvilja allergia

Lateksiallergiaga inimestest esineb 30–80%-l allergiat lateksiga ristreaktsioone andvatele puuviljadele, nagu banaanile, kiivile, avokaadole, papaiale, melonile ja kastanile, aga ka kartulile ja tomatile. Harvem esineb neil allergiat ananassile, virsikule, greibile ja erinevatele pähklitele.

Diagnoosimine

Ristallergia diagnoosimisel on oluline patsiendi enda tähelepanekud teatud toiduainete söömisel tekkinud allergianähtudest. Üsna sageli on seos nii ilmne, et lisauuringuid pole vajagi. Ristallergia diagnoosimisel on abiks nahatorketestid värskete puu- ja aedviljadega ning pähklitega. Vajadusel määratakse vereseerumist allergeenspetsiifilised IgE antikehad.

Ravi

- Ravi osas konsulteerige alati oma raviarstiga.
- Vältige allergianähte põhjustavate tooreste puu- ja aedviljade ning maitseainete kasutamist.
- Vajalikuks võib osutada allergiaravimite kasutamine.

Õietolmuallergiaga kaasnevad ristallergiad põhjustavad toiduained

Ristallergiad põhjustavad toiduained	Õietolmuallergia		
	Kask, lepp, jalakas ja sarapuu	Heintaimed	Puju
PUUVILJAD			
Õun	x		
Aprikoos	x		
Kirss	x		
Kiivi	x		
Melon		x	x
Nektariin	x		
Apelsin		x	
Virsik	x		
Pirn	x		
Ploom	x		
KÖÖGIVILJAD			
Paprika	x		x
Porgand	x		x
Seller	x		x
Pastinaak			x
Kartul	x		
Tomat	x	x	
KAUNVILJAD			
Hernes		x	
Maapähkel	x	x	
ÜRDID JA VÜRTSID			
Aniis	x		x
Basiilik	x		x
Kummel			x
Köömned	x		x
Koriander	x		x
Till	x		x
Fenkol	x		x
Harilik leeskputk	x		x
Majoraan	x		x
Pune	x		x
Paprika	x		x
Petersell			x
Pipar (must, valge, roheline)	x		x
Estragon	x		x
Tüümian	x		x
Koirohi	x		x
PÄHKLIID JA SEEMNED			
Mandel	x		
Brasiilia pähkel	x		
Sarapuupähkel	x		
Päevalilleseemned			x
Kreeka pähkel	x		