



KUHMILCH - EIWEISS - ALLERGIE

Unter Allergie verstehen wir eine abnormale Reaktion des Organismus nach Einnahme eines Allergens, auch Antigen (AG) genannt, auf welches dieser sensibel reagiert.

Das betreffende Antigen ist ein Protein (β -Laktoalbumin), das in Milch und Milchprodukten enthalten ist.

Die Kuhmilch-Eiweiß-Allergie tritt vor allem im Säuglingsalter auf, da die Darmschleimhaut und das Immunsystem noch nicht vollständig entwickelt sind.

Allergien können ein breites Spektrum an Symptomen aufweisen: man beobachtet gastrointestinale Zeichen (akute Gastroenteritis, Koliken im Bauchbereich), kutane Zeichen (atopische Dermatitis, atopisches Ekzem, Urticaria), respiratorische Zeichen (Rhinitis, Asthma Bronchialis).

Die Therapie bei Kuhmilch-Eiweiß-Allergie ist die Eliminationsdiät, in der die Aufnahme des Allergens vermieden wird.

ALLERGIA ALLE PROTEINE DEL LATTE VACCINO

Per allergia si intende un'alterata reattività dell'organismo determinata dall'introduzione di un allergene, chiamato anche antigene (AG) verso il quale è sensibile.

L'antigene in causa sembra essere una frazione proteica (detta β -lattoalbumina) contenuta nel latte e nei suoi derivati.

Insorge soprattutto nei neonati, nei quali la mucosa ed il sistema immunitario intestinale non sono ancora completamente sviluppati.

I segni clinici di tale allergia vanno dalle manifestazioni gastro-intestinali (es: gastroenterite acuta, coliche addominali) a quelle dermatologiche (es: eczema atopico, dermatite, orticaria etc.) fino alle manifestazioni respiratorie (riniti, asma bronchiale).

La terapia nell'allergia alle proteine del latte vaccino è la dieta di eliminazione, nella quale si evita di introdurre l'allergene.

Erlaubte Nahrungsmittel

Verbotene Nahrungsmittel

Alimenti permessi

Alimenti da escludere

MILCH UND MILCHPRODUKTE

LATTE E DERIVATI

- Säuglingsnahrungen: (Alfarè, Nutramigen, Pregestimil, Nutrilon Pepti junior, Similac Ra usw.) als Ersatz für Kuhmilch zu verwenden;
- Sojamilch (nach ärztlicher Verschreibung zu verwenden);

- Kuhmilch: flüssig, in Pulverform oder kondensiert;
- Ziegenmilch, Eselmilch oder Milch von anderen Tieren;
- Milchprodukte: Joghurt, Käse, Molke, Buttermilch, Topfen, Quark, Kefir, Feta, Sahne, Butter;
- alle Lebensmittel die diese enthalten;

- latte dietetico per l'infanzia (Alfarè, Nutramigen, Pregestimil, Nutrilon Pepti junior, Similac Ra etc.) da usare in sostituzione del latte vaccino;
- secondo prescrizione medica anche latte derivato dalla soja;

- latte vaccino: liquido, in polvere o condensato;
- latte di capra, di asina o derivato da altri animali;
- derivati del latte: yogurt formaggio, siero di latte, latticello, ricotta, quark, kefir, fetta, panna, burro;
- tutti gli alimenti che li contengono;

FLEISCH - FISCH - EIER

- Huhn, Truthahn, Hase, Schwein, Pferd, Ziege, Schaf, Lamm, Wild;
- homogenisiertes Fleisch von erlaubten Sorten;
- Rohschinken, Speck;
- Fisch;
- Eier
- homogenisiertes Fleisch vom Kalb oder Rind
- Wurstwaren (z.B. Würstel, Salami, Mortadella), Bresaola, gekochter Schinken (Zutatenliste kontrollieren);
- Fleisch und Fisch mit Backteig zubereitet oder paniert;
- Suppenwürfel, die verbotene Zutaten enthalten;
- Omelette
- Kalb- und Rindfleisch

CARNE - PESCE- UOVA

- pollo, tacchino, coniglio, maiale, cavallo, capretto, pecora, agnello, selvaggina;
- omogeneizzati contenenti carni permesse;
- prosciutto crudo, speck;
- pesce;
- uova
- omogeneizzati e liofilizzati contenenti carni di vitello o manzo;
- insaccati (tipo: würstel, salame, mortadella) bresaola, prosciutto cotto (controllare l'etichetta);
- carne o pesce preparati con impanatura o pastella dove ci sia anche latte;
- dado da brodo contenente ingredienti vietati;
- omelette;
- carne di vitello, manzo

GETREIDE, GETREIDEPRODUKTE UND BROT

- Nudeln, Reis, Gerste, Polenta, Grieß, Haferflocken;
- Brot, das ohne Milch, Molke oder Buttermilch hergestellt wird (z.B. Ciabattina oder Ölbrot);
- auf Grund der enormen Brotvielfalt wird empfohlen, sich direkt beim Bäcker über die Zutaten zu informieren (Vorsicht bei Semmeln);
- Pulvermilch und einige industriell gefertigte Säuglingspräparate;
- Instandsuppen;

CEREALI E PANE

- pasta, riso, orzo, polenta, semolino, fiocchi d'avena;
- pane senza aggiunta di latte o siero di latte o latticello (es: ciabattina o pane all'olio);
- data la variabilità delle preparazioni del pane si consiglia di informarsi direttamente dal rivenditore (attenzione alle rosette!);
- farine latte e alcuni preparati industriali per la prima infanzia (es: pastina addizionata);
- minestre in polvere confezionate;

SÜSSWAREN

- Kekse, Kuchen, Torten, die ohne Milch und Milchprodukte zubereitet werden;
- Marmelade, Honig, Zucker, reines Kakaopulver, Kochschokolade, reines Nesquik;
- Fruchteis oder -soorbeets, die ohne Milch und Sahne zubereitet werden;
- Wassereis (siehe Zutaten);
- Kekse, Brioches, Kuchen, Torten, Mehlspeisen, Pudding, Cremes, die mit normaler Milch oder Milchprodukten hergestellt werden;
- Nuß- und Nougatbrotaufstrich (z.B. Nutella);
- Milkschokolade, Pralinen, Milchbonbons;

DOLCIUMI

- biscotti e dolci preparati senza latte e derivati; marmellata, miele, zucchero, cacao puro, cioccolata fondente pura, Nesquik;
- gelati o sorbetti alla frutta preparati senza latte e panna;
- ghiaccioli (vedi etichetta);
- biscotti, brioche, torte, pasticcini, budini, creme confezionate con latte o derivati -creme da spalmare (tipo Nutella);
- cioccolata al latte, cioccolatini;
- caramelle al latte;

FETTE

- Olivenöl, Pflanzenöl (Erdnuß, Mais, Sonnenblume, usw.);
- reine Pflanzenmargarine (z.B. Gradina, Foglia d'Oro);
- Butter;
- Margarine, die Milchpulver enthält;
- Sahne;

GRASSI E CONDIMENTI

- olio d'oliva, oli vegetali (mais, girasole, arachide);
- margarina del tutto vegetale (es. Gradina e Foglia D'oro);
- burro
- margarina con l'aggiunta di latte in polvere;
- panna;

Lorenz-Böhler-Straße 5 39100 Bozen
Tel. 0471 908 545- Fax 0471 908 707
<http://www.sbbz.it> | diaet@sbbz.it

Firmenbezeichnung:
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen
Steuernummer/MwSt.-Nr. 00773750211

Via Lorenz Böhler 5 39100 Bolzano
Tel. 0471 908 545 - Fax 0471 908 707
<http://www.asbz.it> | diet@asbz.it

Ragione sociale:
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

GEMÜSE UND OBST

- alle Arten von frischem und tiefgefrorenem Gemüse, Dosen-Gemüse (sofern es mit erlaubten Zutaten hergestellt wird);
 - Kartoffelpüree, hergestellt mit Pflanzenmargarine, ohne Milch;
 - alle Obstsorten;

- industriell hergestelltes Kartoffelpüreepulver, das Milchpulver, Molke oder Laktose enthält;
 - mit Béchamel zubereitetes Gemüse;

VERDURA E FRUTTA

- tutti i tipi di verdure fresche, surgelate o riscaldate (preparate con ingredienti permessi)
 - purè preparato con margarina vegetale (senza latte);
 - tutti i tipi di frutta;

- purè di patate istantaneo contenente latte in polvere, siero di latte, lattosio;
 - verdure con besciamella;

Es wird empfohlen, bei verpackten Lebensmitteln die Zutatenliste gut durchzulesen, vor allem bei Crackers, Grissini, Zwieback, Dressingsaucen, Saucen oder Suppen in Dosen, gekochtem Schinken, Mayonnaise, Müslimischungen, Kleietabletten und -präparate, Süßstoffe, Medikamente.

Si consiglia per i prodotti confezionati una attenta lettura dell'etichetta, in particolare per i cracker, grissini, fette biscottate, salse, condimenti già pronti, sughi e minestre inscatolate, prosciutto cotto, maionese, müsli, integratori di crusca, dolcificanti, farmaci.

Sollte es keine Zutatenliste geben, erkundigen sie sich bitte beim Verkäufer oder beim Hersteller.

In assenza di etichetta informarsi presso il negoziante o il produttore.

Vermeiden sie alle Lebensmittel, die als Zutaten Milch, Laktose, Milchpulver, Molke, Buttermilch, Sahne, Butter oder Kaseinkomplexe enthalten.

Sono da eliminare gli alimenti che hanno come ingredienti:latte, lattosio, polvere di latte, siero di latte, latticello, panna, burro, caseina, caseinati.

Eine Kuhmilch-Eiweissfreie-Diät hat meist eine unzureichende Deckung des Kalziumbedarfes zur Folge. Um dies zu vermeiden, ist es ratsam, Kalziumzusatz (in Form von Tabletten zu 250 – 500 mg erhältlich) einzunehmen, aber nur nach Absprache mit dem Arzt.

Una dieta per allergia alle proteine del latte vaccino potrebbe causare un'insufficiente assunzione di calcio; per evitare questo si raccomandano degli integratori disponibili in compresse da 250 – 500 mg, da assumere dietro prescrizione medica.

EMPFOHLENE KALZIUMZUFUHR

Säuglinge	0 - 12 Monate		500 mg/die
Kinder	1 - 9 Jahre		800 mg/die
	10 - 15 Jahre		1000 mg/die
Jugendliche	16 - 19 Jahre		1200 mg/die
Erwachsene	20 - 25 Jahre		1000 mg/die
	26 - 50 Jahre		800 mg/die
	> 50 Jahre	Männer	1000 mg/die
		Frauen	1200 mg/die
in der Schwangerschaft			1200 mg/die
in der Stillzeit			1200 mg/die

FABBISOGNO RACCOMANDATO DI CALCIO:

Lattanti	0 - 12 mesi		500 mg/Tag
Bambini	1 - 9 anni		800 mg/Tag
	10 - 15 anni		1000 mg/Tag
ragazzi	15 - 19 anni		1200 mg/Tag
	19 - 25 anni		1000 mg/Tag
adulti	25 - 50 anni		800 mg/Tag
	> 50 anni	uomini	1000 mg/Tag
		donne	1200 mg/Tag
in gravidanza			1200 mg/Tag
in allattamento			1200 mg/Tag

NB: Der durchschnittliche Kalziumgehalt in 100 ml antiallergischer spezieller Säuglingsnahrung ist ca. 60 mg/dl.

NB: il contenuto medio di calcio per 100 ml di formule latte speciali a ridotta allergenicità è di circa 60 mg/dl.

Mineralwasser, die aufgrund ihres Kalziumgehaltes empfohlen werden, sind:

Ferrarelle	368 mg/l
Sangemini	327,8 mg/l
Lavaredo	298,5 mg/l

Acque consigliate per il loro contenuto in calcio:

Ferrarelle	368 mg/l
Sangemini	327,8 mg/l
Lavaredo	298,5 mg/l

BIBLIOGRAPHIE / BIBLIOGRAFIA:

- André G. "Intolleranza alle proteine del latte vaccino", in Dietetica del Bambino, Masson 1988 - 170
- Maggioni e Signoretti. "Intolleranze ed allergie alimentari" in L'Alimentazione del bambino sano e malato. Il Pensiero Scientifico Editore 1991; 320-341
- Perino A., Piglia P. "Allergopatie e alimenti" in Aggiornamenti in nutrizione clinica 6. il Pensiero Scientifico Editore 1998;163

CG 058B

Lorenz-Böhler-Straße 5 39100 Bozen
 Tel. 0471 908 545- Fax 0471 908 707
<http://www.sbbz.it> | diaet@sbbz.it

Via Lorenz Böhler 5 39100 Bolzano
 Tel. 0471 908 545 - Fax 0471 908 707
<http://www.asbz.it> | diet@asbz.it

Firmenbezeichnung:
 Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen
 Steuernummer/MwSt.-Nr. 00773750211

Ragione sociale:
 Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano
 Cod. fisc./P. IVA 00773750211