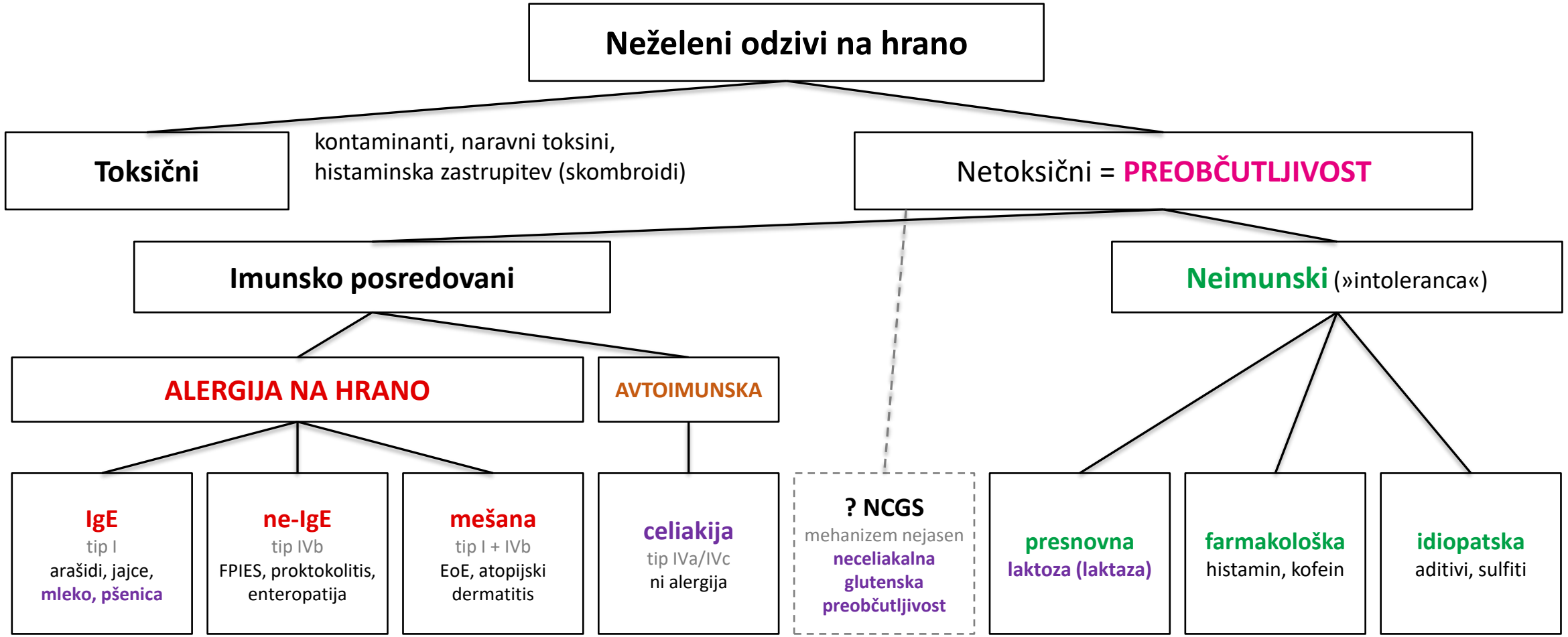
Preobčutljivost na sestavine v hrani

izr. prof. dr. Evgen Benedik

Univerza v Ljubljani, Biotehniška fakulteta
UKC Ljubljana, Pediatrična klinika

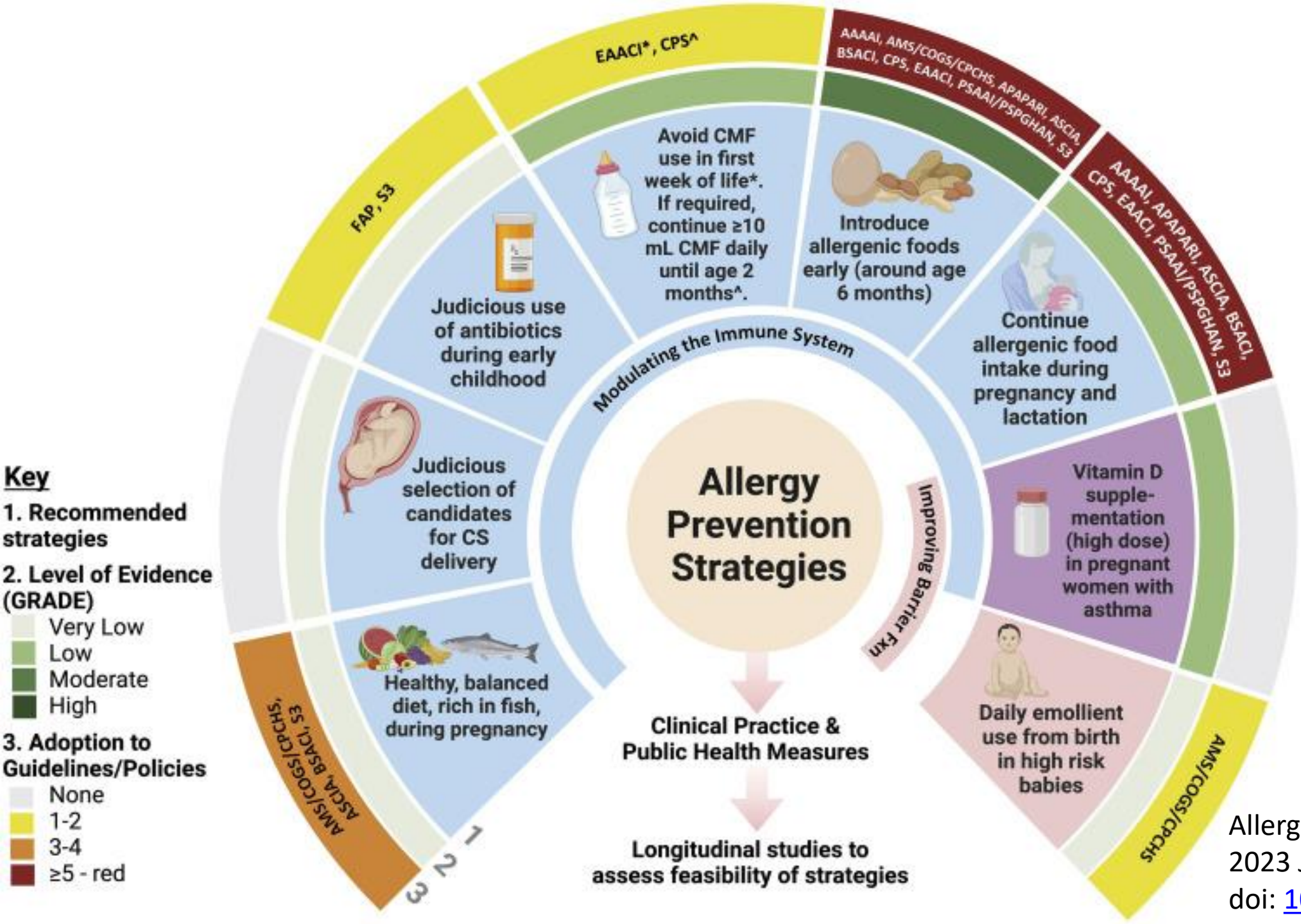
Ljubljana, 22. oktober 2026



Tipi preobčutljivosti po nomenklaturi EAACI 2023: I = IgE; IVa/IVc = Th1/Th17; IVb = Th2

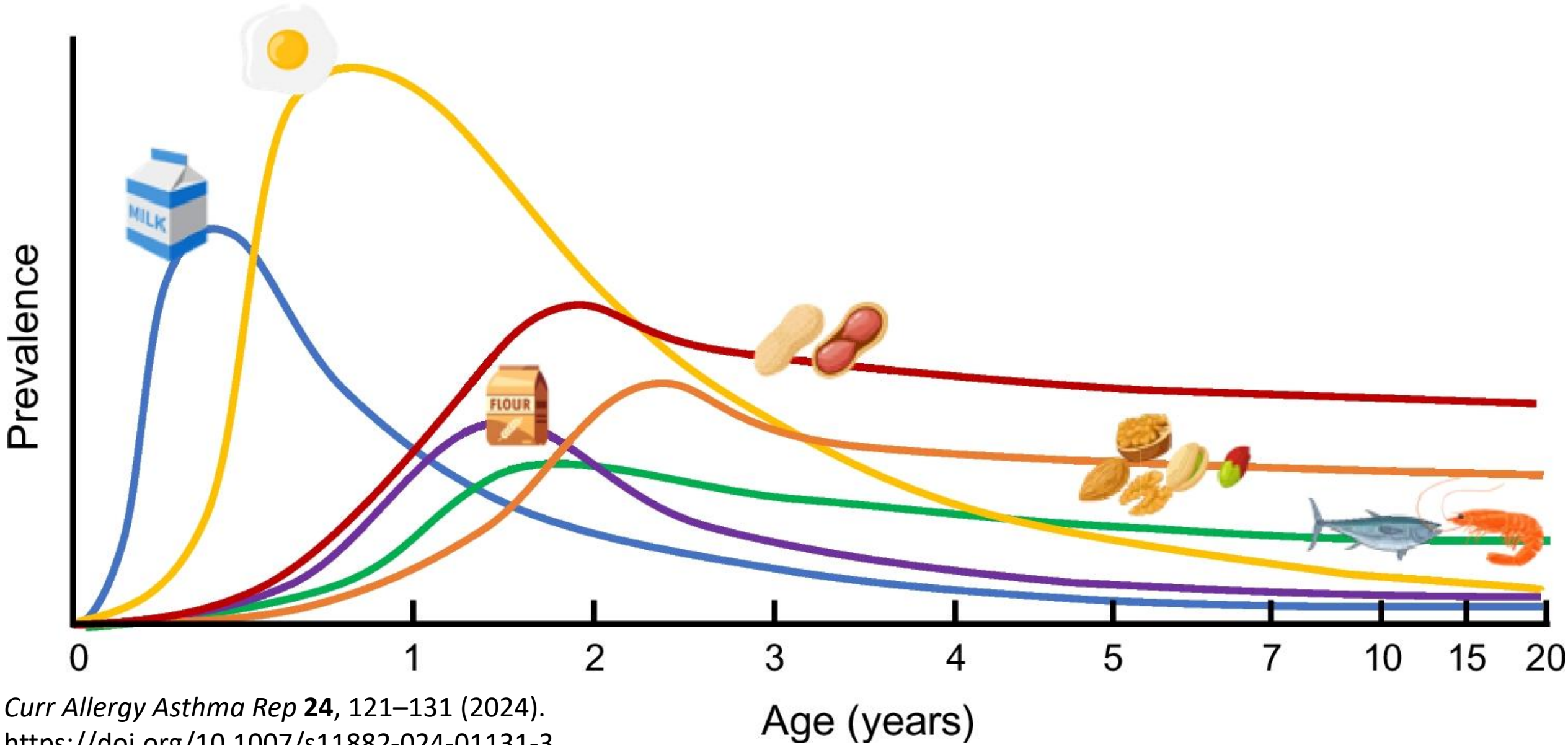
Jutel et al., Allergy, 2023 (EAACI); Szegedi et al., Allergy, 2025; Boyce et al., JACI, 2010 (NIAID); Sapone et al., BMC Med, 2012

Kaj lahko storimo v zgodnjem otroštvu ...



Allergy Asthma Immunol Res. 2023 Jun 30;15(4):419–436. doi: 10.4168/aair.2023.15.4.419

Natural history of food allergy by common food type



Curr Allergy Asthma Rep **24**, 121–131 (2024).
https://doi.org/10.1007/s11882-024-01131-3

14 alergenov, ki jih je v EU treba označiti

- žita z glutenom
- jajca
- arašidi
- mleko (vključno z laktozo)
- listna zelena
- sezamovo seme
- volčji bob
- raki*
- ribe
- soja
- oreški
- gorčično seme
- žveplov dioksid in sulfiti
- mehkužci*

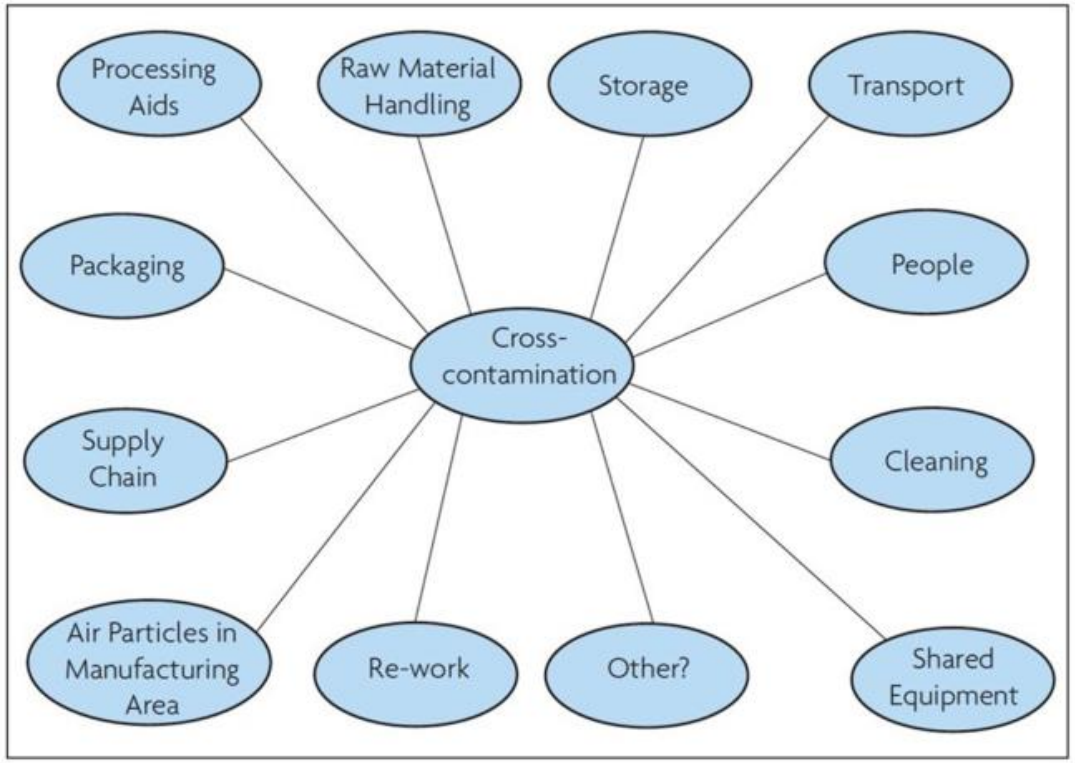
* živila z žuželkami nosijo opozorilo za osebe z alergijo na rake in pršice (mokar, mali mokar) ter na mehkužce (kobilica selka, hišni muren)

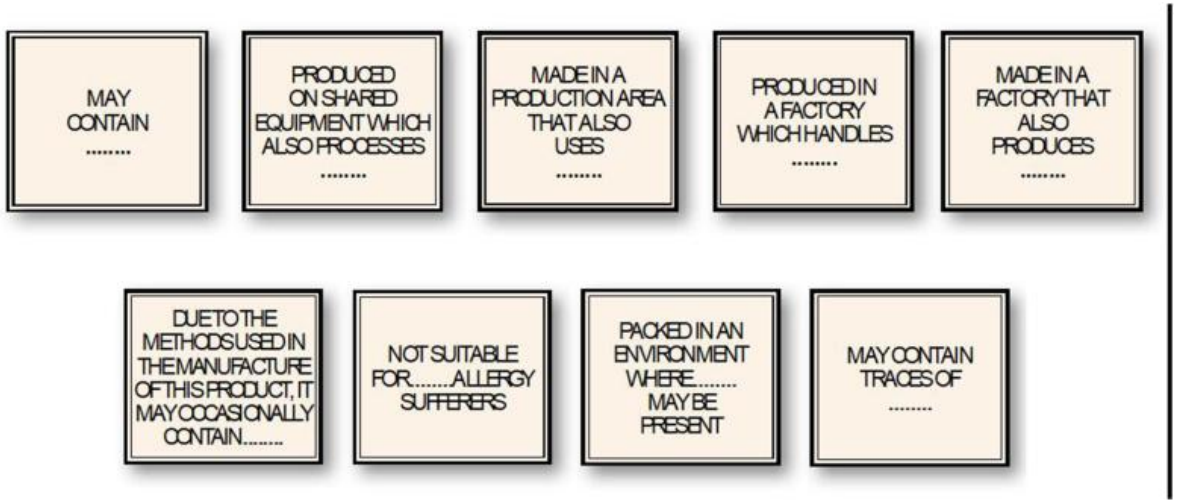


Najpogostejši sprožilci anafilaksije zaradi hrane po svetu

Uredba (EU) št. 1169/2011, Priloga II; Turner et al., World Allergy Organ J, 2024

Branje deklaracij in navzkrižna kontaminacija



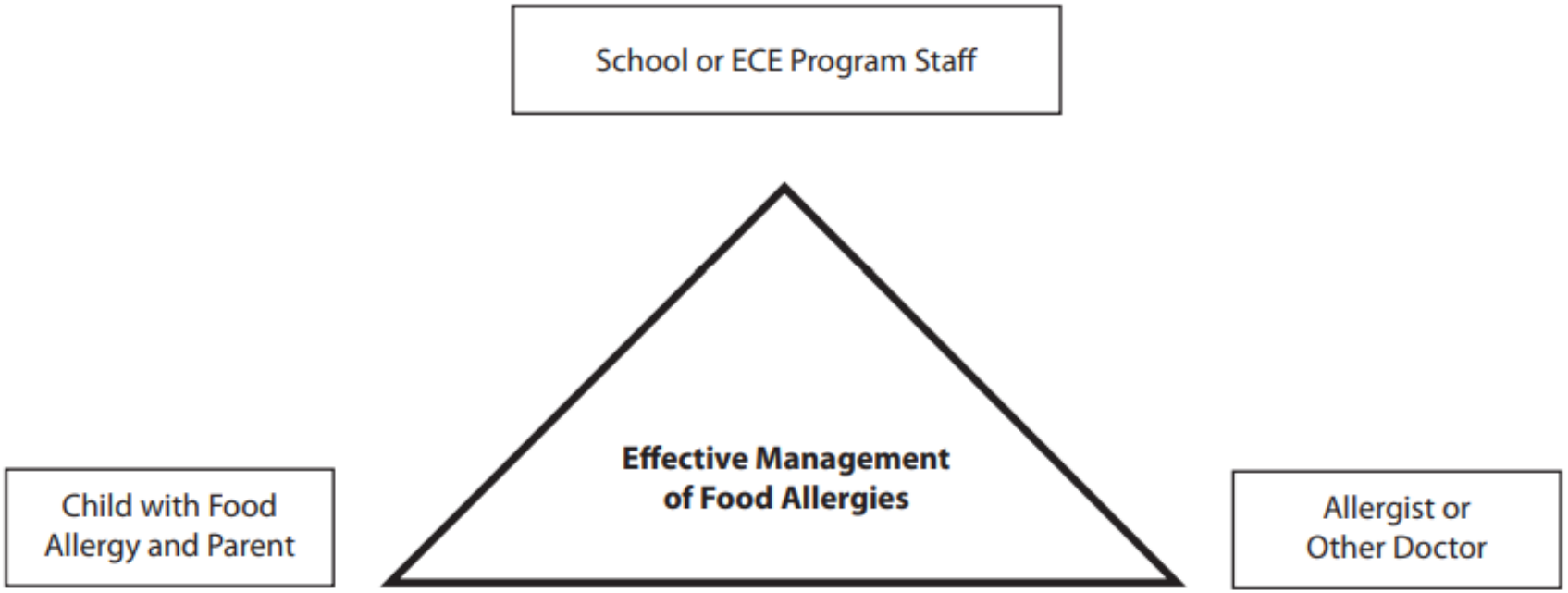


- **14 alergenov** je v seznamu sestavin poudarjenih
- **»Lahko vsebuje …«** je prostovoljno in ni poenoteno
- Doma in v kuhinji: ločeni pripomočki, površine, priprava

Turner et al., World Allergy Organ J, 2024; Uredba (EU) št. 1169/2011

DIETA = temelj zdravljenja

Pri izbranih bolnikih: **oralna imunoterapija** (arašidi; mleko, jajce – običajno po 4. letu) in **omalizumab** (EAACI 2025)



Voluntary Guidelines for Managing Food Allergies In Schools and Early Care and Education Programs. 2013. CDC. Washington DC. 108 str.



Bolj kot se omejuje izbor živil, večje je tveganje za pomanjkanje hranil!

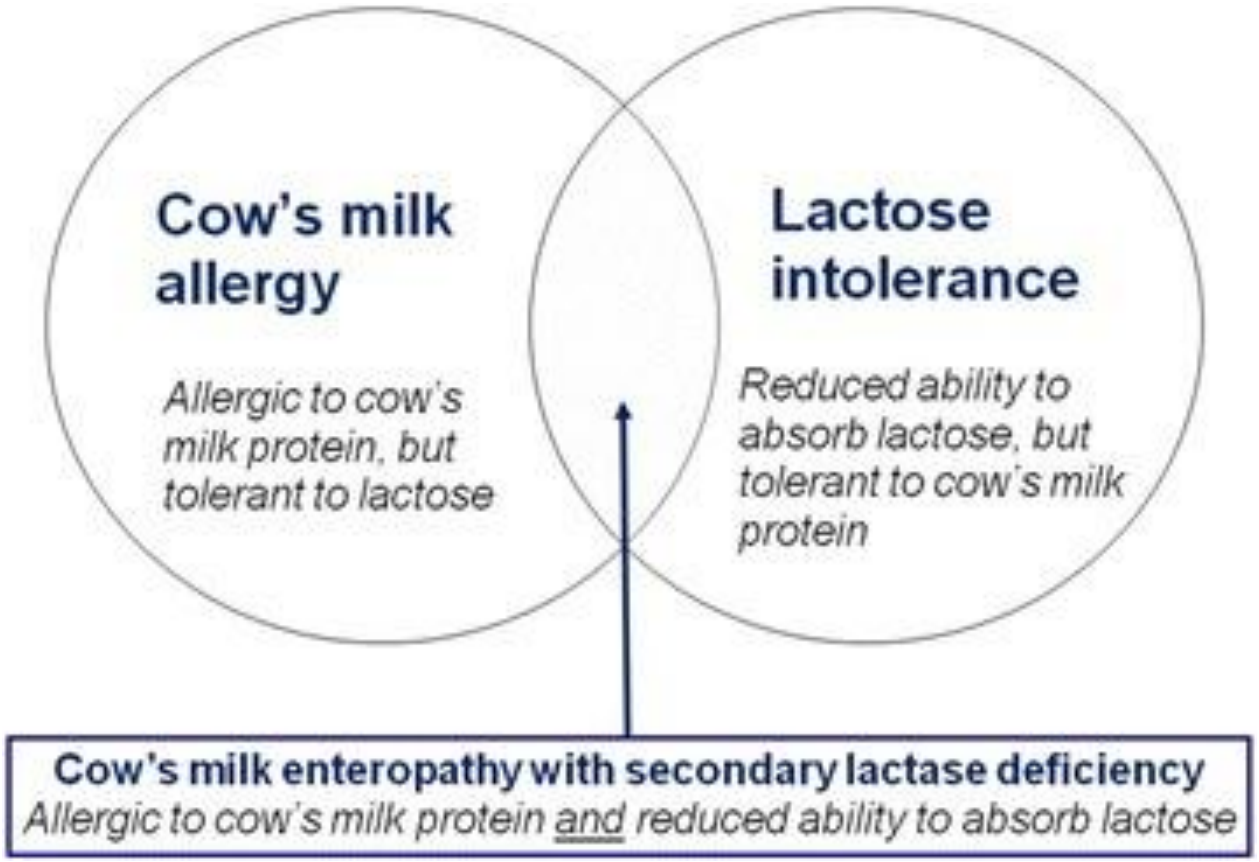
DIETA …

- **>25 %** otrok z alergijo zaužije < 67 % priporočil za kalcij, vitamin D in E
- **≥ 2 alergiji** → nižja telesna višina kot pri eni prehranski alergiji
- **Prehransko svetovanje** zmanjša tveganje za premajhen vnos Ca in vit. D



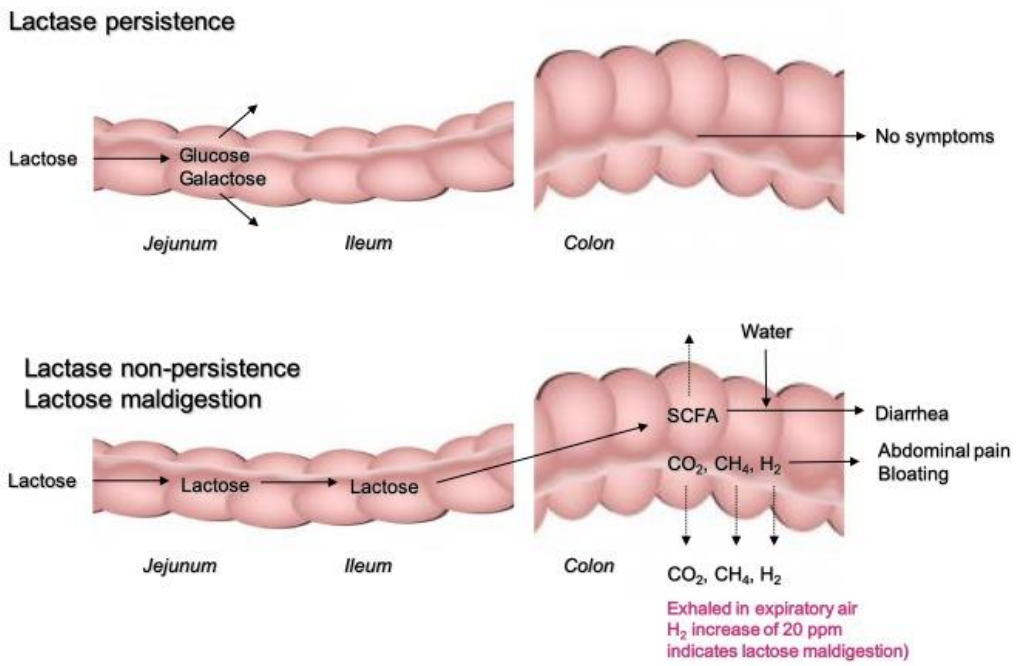
Christie et al., J Am Diet Assoc, 2002; Kotchetkoff et al., J Pediatr, 2024

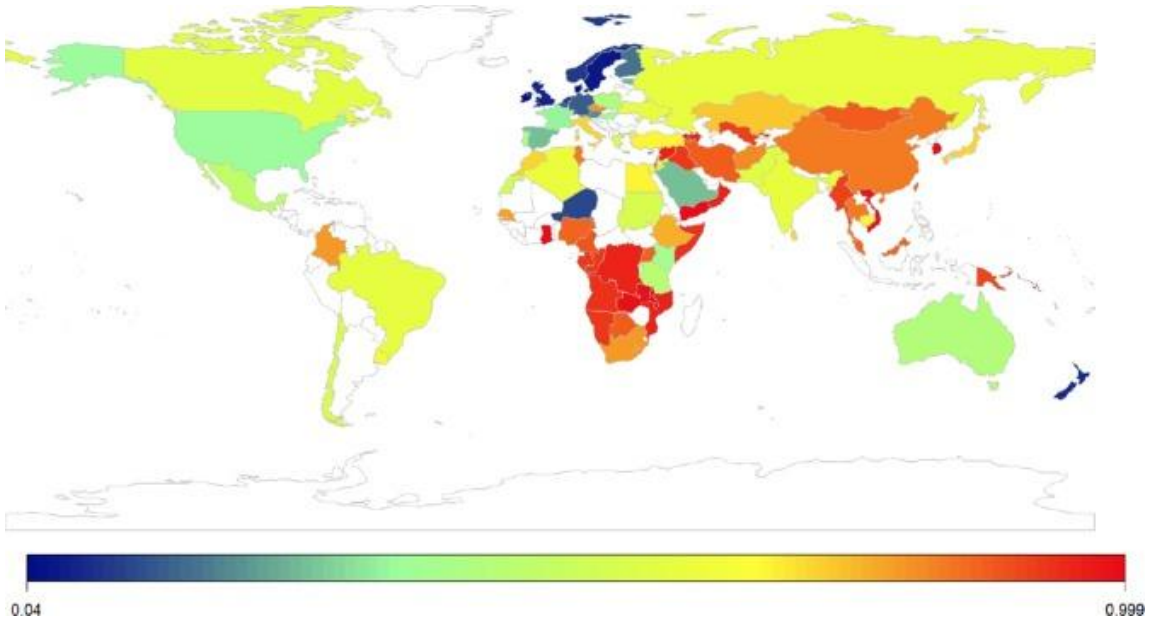




World Allergy Organ J. 2017 Dec 12;10(1):41. doi: 10.1186/s40413-017-0173-0
Food Chem Toxicol. 2023 Aug:178:113929. doi: 10.1016/j.fct.2023.113929

Intoleranca na laktozo





Odvisno od odmerka → popolna izključitev mleka običajno ni potrebna

Misselwitz et al., Gut, 2019

edamec		rastlinski nadomestek
		
335 kcal	E	281 kcal
25 g	M	21 g
3 g	OH	23 g
24 g	B	1 g
1,4	sol	2,0 g

/100 g

SpoznajPrehrano

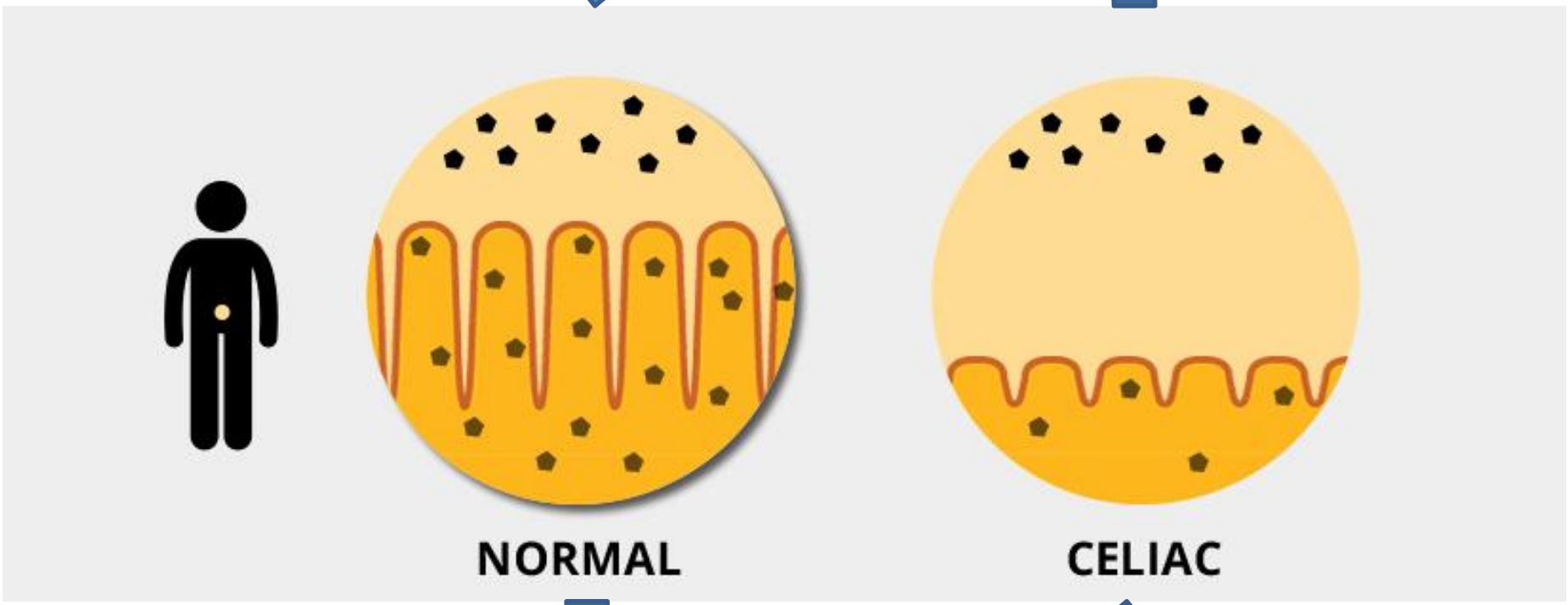
JOGURT

navadni	grški	kokosov	sojin
			
48 kcal	E	73 kcal	E	96 kcal	E	50 kcal
4 g	B	10 g	B	1 g	B	5 g
5,3 g	SL	3,8 g	SL	1,0 g	SL	0 g
1,3 g	M	2 g	M	8 g	M	3 g
0,7 g	nas. MK	1,3 g	nas. MK	7,1 g	nas. MK	0,4 g

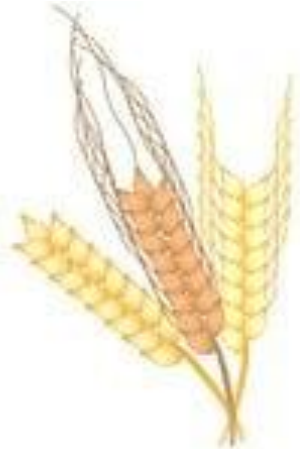
/100 g

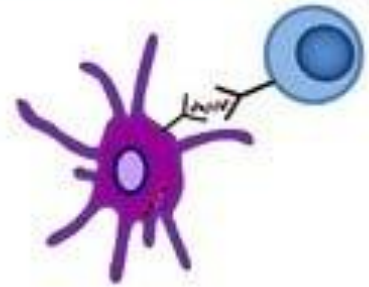
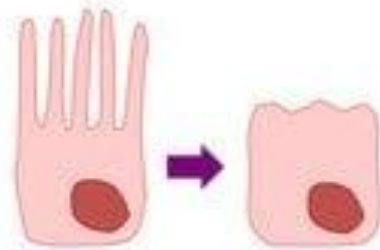
SpoznajPrehrano

do 1 - 2 let



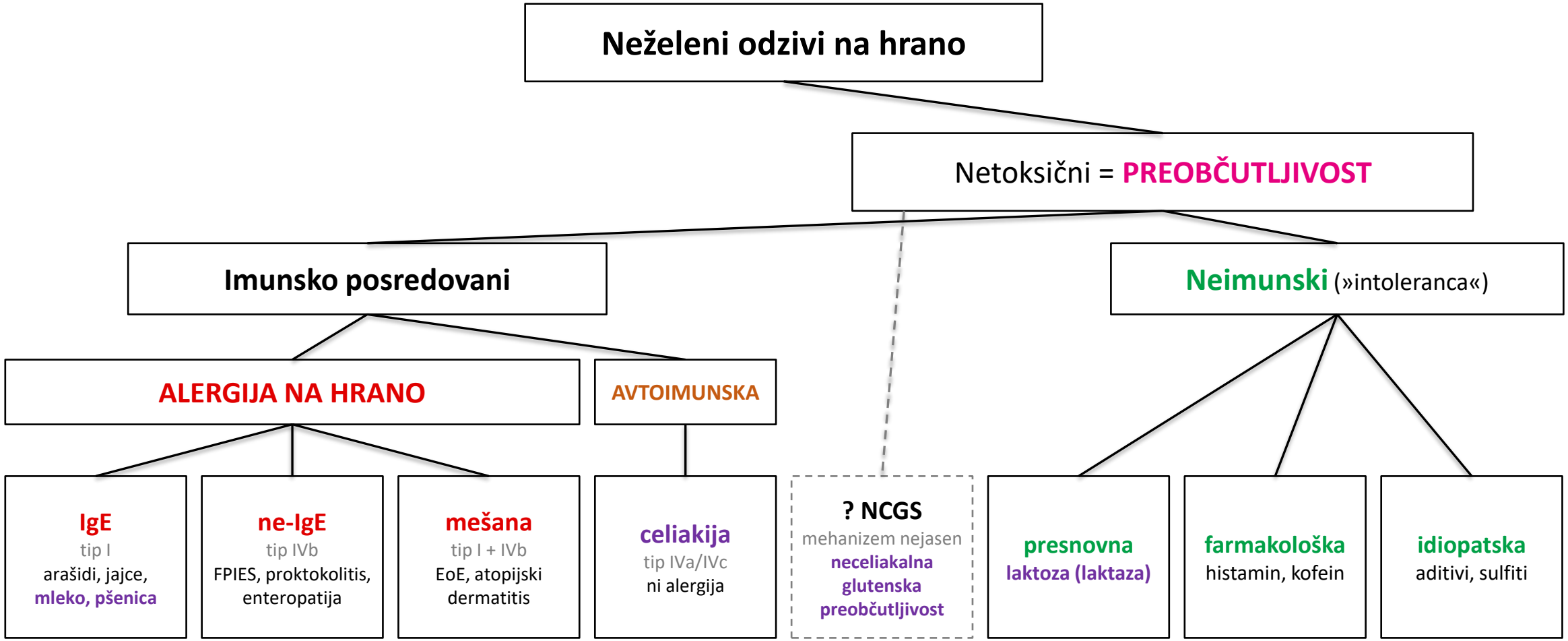
v nekaj dneh / tednih



	Wheat allergies	NCGS	Celiac disease
			
Immunity	allergic	innate	adaptive & innate
Serology	IgE Abs	IgG Abs?	IgA, IgG Abs
Prevalence	≈ 0.5 %	0.6 - 6 %	≈ 1.4 %
Onset of symptoms	min-hours	hours	days-weeks
Therapy	Wheat-free diet	Low gluten diet	Gluten-free diet
Causes	-	-	HLA-DQ2/8 genes
	Gluten	Gluten?	**Gluten**
	ATIs	**ATIs**	
	Non-gluten proteins	Non-gluten proteins?	

Frontiers in Nutrition, 7, 2020, DOI: 10.3389/fnut.2020.517313

Zaključek 1/2



Tipi preobčutljivosti po nomenklaturi EAACI 2023: I = IgE; IVa/IVc = Th1/Th17; IVb = Th2

Jutel et al., Allergy, 2023 (EAACI); Szegedi et al., Allergy, 2025; Boyce et al., JACI, 2010 (NIAID); Sapone et al., BMC Med, 2012



Zaključek 2/2

Bolj kot se omejuje izbor živil, večje je tveganje za pomanjkanje hranil!

Hvala za pozornost!


evgen.benedik@bf.uni-lj.si


evgen.benedik


Evgen Benedik

www.benedik.org