

DGAKI-Pressemitteilung

### **Apfelallergiker, esst alte Apfelsorten!**

**Berlin, 31.08.2020:** „An apple a day keeps the doctor away“ – so könnte man das Ergebnis einer Studie<sup>1)</sup> zusammenfassen, das viele Apfelallergiker freuen dürfte. „Unsere Studie hat gezeigt, dass der regelmäßige Verzehr alter Apfelsorten dazu führt, dass auch neuere allergenreichere Apfelsorten besser vertragen werden“, erklärt Studienleiter Prof. Karl-Christian Bergmann, Mitglied des erweiterten Vorstands bei der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI).

In der Studie durften ausgewiesene Apfelallergiker, die auf die neuere Apfelsorte Golden Delicious mit einem oralen Allergiesyndrom (OAS) reagierten, täglich einen Apfel der älteren Sorten essen. Über 90 Tage lang aßen sie deshalb Äpfel der Sorten Alkmene, Eifeler Rambur, Goldparmäne oder Roter Boskoop. Danach zeigte sich, dass Viele nun auch einen Apfel der neueren Sorte Golden Delicious besser vertrugen, als zu Beginn der Studie. „Im Durchschnitt hat sich bei den Studienteilnehmern die konsumierbare Menge von einem halben Apfel auf einen dreiviertel Golden Delicious verändert“ Außerdem verspürten die Apfelallergiker beim Verzehr des Golden Delicious bei Studienende deutlich geringere Symptome, als zu Beginn der Studie.

Eine wichtige Rolle spielen hierbei offenbar die Polyphenole, die in älteren Apfelsorten in relativ hohen Konzentrationen enthalten sind. „Apfelallergiker sollten sich deshalb ermutigt fühlen, ältere Zuchtsorten von Äpfeln zu probieren“, empfiehlt Prof. Bergmann.

Quelle:

- 1) Karl-Christian Bergmann, Jaron Zuberbier, Torsten Zuberbier, Jürgen Zapp, Willi Hennebrüder, Apfelallergie – Toleranzentwicklung durch regelmäßigen Konsum allergenarmer Äpfel. Eine Beobachtungsstudie, 23. April 2020, <https://doi.org/10.1007/s10341-020-00492-z>

### **Kontakt:**

Prof. Karl-Christian Bergmann, Leiter der interdisziplinären allergologisch-pneumologische Ambulanz in der Klinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie der Charité Berlin,

[karlchristianbergmann@gmail.com](mailto:karlchristianbergmann@gmail.com)

Prof. Dr. med. Kleine-Tebbe, Pressesprecher DGAKI, [kleine-tebbe@allergie-experten.de](mailto:kleine-tebbe@allergie-experten.de)

DGAKI-Geschäftsstelle, [info@dgaki.de](mailto:info@dgaki.de)