

Fiskeallergi

Mange fiskeallergikere reagerer kraftig på alle fiskeslag. Spesielt kraftig på torsk, mindre kraftig på annen "hvit" fisk og minst på "rød" fisk (laks og ørret).

Av Dr. Helge Bengtsson

Når det konstateres matallergi mot fisk, enten ved at man reagerer på fisk når man spiser det, som bekreftes ved allergitest (prikktest på armen), må man i første omgang unngå alle fiskeslag. Det kan være aktuelt å prøve om man tåler ørret og laks. Halvdelen av voksne med fiskeallergi tåler "rød" fisk. Det er også mulig å allergiteste mot rød fisk.

I motsetning til matallergi mot melk og egg vedvarer fiskeallergien ofte hele livet.

Fisk brukes også i pålegg, for eksempel i kaviar og rogn/fiskeegg. I leverpostei kan det forekomme ansjos.

Tran består av fiskeoljer og kan teoretisk også inneholde fiskeproteiner som fiskeallergikere ikke tåler. Fiskeallergikere tåler tran, hvis det er helt ren olje.

Hvis fiskeallergikere ellers får variert kost får de ingen mangelsykdommer.