

Flagellaten-Dermatitis

Dermatitis nach Genuss von Shiitake-Pilzen

Der Shiitake-Pilz (*Lentinus edodes*) wird wegen seiner hervorragenden Würz- und Geschmackseigenschaften auch als «König der Speisepilze» bezeichnet. Zudem werden seinen Inhaltsstoffen auch gesundheitsfördernde Effekte, etwa auf das Immunsystem, nachgesagt. Bei besonders empfindlichen Menschen kann der königliche Genuss aber nachträglich durch streifenförmige, peitschenhiebähnliche Rötungen der Haut getrübt werden. Auslöser dieser zum Teil schweren Überempfindlichkeitsreaktion ist vermutlich das im Pilz enthaltene Polysaccharid Lentinan. Peitschenhiebähnliche Hautrötungen am Rumpf, an den Armen und Beinen sowie im Nacken (Flagellaten-Dermatitis) wurden in der Vergangenheit vor allem nach dem Genuss von nicht ausreichend gekochten Pilzen beobachtet. Die Empfehlung lautete deshalb, Shiitake-Pilze nur gut durchgekocht oder gut durchgebr-

ten zu verzehren. Neuere Berichte weisen jedoch darauf hin, dass die Zubereitungsart keinen Einfluss auf die Gesundheitsstörung bei dafür empfänglichen Menschen hat. Auch bei Konsumenten, die nachweislich gut durchgekochte oder gebratene Pilzgerichte verzehrt hatten, entwickelte sich eine Shiitake-Dermatitis. Das deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) rät, nach Verzehr dieser Pilze auf mögliche Unverträglichkeitsreaktionen zu achten und bei ersten Anzeichen auf den weiteren Genuss der Delikatesse zu verzichten. Da möglicherweise UV-Licht die Reaktion verstärken kann, sollten die betroffenen Hautpartien auch nicht der Sonne ausge-



setzt werden. Allerdings besteht im Übrigen kein Anlass für kulinarische Liebhaber, den Pilz vom Speisezettel zu streichen: Die Hautreaktionen treffen nämlich nur die Allerwenigsten.

●
Red.

Kopfschmerz

Empfehlungen zur Selbstmedikation

Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) hat aufgrund neuerer Untersuchungen ihre bisherigen evidenzbasierten Empfehlungen für Patienten zur Selbstmedikation bei Spannungskopfschmerzen und Migräne überarbeitet. Mehr als 90 Prozent der Betroffenen haben Migräne, Spannungskopfschmerzen oder eine Kombination dieser beiden Formen. Bei diesen häufigen Kopfschmerzarten spricht aus Sicht der DMKG grundsätzlich nichts gegen eine Selbstmedikation. Wichtig ist jedoch ein bestimmungsgemäßer Gebrauch der Medikamente. Die Experten gehen davon aus, dass 4 Pro-

zent der Bevölkerung zu häufig Kopfschmerz- und Migränemittel einnehmen und dass ein Prozent an Kopfschmerz durch Medikamenten-Übergebrauch leidet. Das Risiko, einen solchen Analgetika-Kopfschmerz zu erleiden, besteht laut DMKG unabhängig von der gewählten Substanz oder davon, ob es sich um ein Präparat mit nur einem oder mehreren Wirkstoffen handelt. Die DMKG empfiehlt deshalb grundsätzlich, alle Kopfschmerz- und Migränepreparate nicht länger als drei Tage hintereinander und nicht häufiger als an zehn Tagen pro Monat anzuwenden. Aufgrund neuer Studienergebnisse erklä-

ren die Fachgremien Acetylsalicylsäure und Ibuprofen erstmals zu Medikamenten der ersten Wahl bei der Selbstbehandlung von Kopfschmerzen vom Spannungstyp. Paracetamol wurde als Medikament der zweiten Wahl neu aufgenommen. Auf der Website der DMKG (www.dmkg.de) können die vollständigen Empfehlungen heruntergeladen werden, darüber hinaus findet sich dort auch eine Anleitung zu einem Entspannungsverfahren, der so genannten «Fantasiereise».

●
U.B.