

oft bei Birkenpollenallergikern beobachtet. In Verbindung mit einer Beifußallergie können beispielsweise nach dem Verzehr bestimmter Nahrungsmittel auch Magen-Darm-Beschwerden, Hautreaktionen oder Kreislaufbeschwerden auftreten. Genauso wahrscheinlich kann jemand, der auf das Grundallergen Milch anspricht, ebenfalls allergisch auf Hausstaubmilben, Rotwein, Tomaten etc. reagieren.

„Milch“ bedeutet in den meisten Fällen die gesamte Palette der Kuhmilchprodukte. Sollte man jedoch auf Casein, einen speziellen Bestandteil der Milch, allergisch reagieren, inkludiert dies *alle* Milchprodukte, mit Ausnahme von Sojamilch natürlich. Ist man nur auf das Molkeneiweiß allergisch, so kann man auf Ziegen- oder Schafmilchprodukte ausweichen.

Die häufigste Lebensmittelallergie bei

Erwachsenen in unseren Breiten ist die Weizenallergie, bei Kindern die Milchallergie. Eine Weizen- oder Glutenallergie drückt sich häufig in Gelenkbeschwerden, Müdigkeit nach dem Essen, Blähungen, Durchfall oder Verstopfung, Heuschnupfen, Stimmungsschwankungen oder sogar Depressionen aus. Eine Milchallergie äußert sich häufig über die Haut, zum Beispiel mit juckenden Stellen, Exzemen, Schorf, Bläschen, aber auch Blähungen, Durchfall oder Verstopfung, zusätzlich aber vielleicht auch durch allergische Beschwerden, wenn man in Kontakt mit Hunde- oder Katzenhaar oder Hausstaubmilben kommt. Leider gibt es auch hier keine verlässliche Regel. Aus diesem Grund können das traditionelle Austesten im Labor und die diversen empfohlenen Behandlungsmethoden für Allergiker häufig zum Spießrutenlauf werden und Ärzte,

Ernährungswissenschaftler, Therapeuten und in erster Linie die Betroffenen oft zur Verzweiflung bringen. Kaum hat man sich aufgrund des Testergebnisses, das besagt, man sei zum Beispiel auf Beifuß, Tierhaare, Käse, Kiwi, Milch, Hausstaubmilben etc. allergisch, einen komplizierten Ernährungsplan erarbeitet, einer langwierigen Desensibilisierung oder anderen der unzähligen Behandlungsmöglichkeiten unterzogen, quält schon das nächste Symptom. Die rinnende Nase hat sich beruhigt, dafür brennen jetzt vielleicht die Augen, oder die Haut juckt. Man kann zwar jetzt Äpfel essen, aber dafür die Hauskatze nicht mehr ertragen. Vielleicht kann man Räucherfisch wieder ohne Gefahr zu sich nehmen, aber dafür keinen gut gereiften Käse. Manchmal tritt sogar Ruhe ein. Ruhe vor dem Sturm. Aber oft meldet sich wieder ein neues Symptom. Der Körper reagiert immer wieder

auf einer anderen Ebene und der Spießrutenlauf beginnt von vorne. Man wechselt von einem Facharzt zum nächsten: vom Hautarzt zum HNO-Arzt, vom Internisten zum Lungenfacharzt, vom Rheumaspezialisten zum TCM-Arzt usw. Man versucht eine alternative Heilmethode nach der anderen und findet auch oft Linderung. Jedoch – irgendwann beginnt die Nase wieder zu rinnen, die Augen wieder zu tränen oder die Haut wieder zu jucken, der Darm wieder zu rumoren, die Katze wieder unausstehlich und die Bronchien zu luftundurchlässig zu werden. Denn solange das Problem nicht an der Wurzel erkannt und behandelt wird, lässt es sich schwer heilen. Die Wurzel einer Allergie liegt meistens, wie auch bei vielen anderen Krankheiten, in der Seele oder im „Gemüt“. Doch wie findet man diese Wurzel? Wo genau liegt sie begraben? Was können wir tun, um sie zu finden und

freizulegen? Wir hatten doch gedacht, dass wir so und so schon alles bearbeitet, behandelt, therapiert, gut verdrängt oder längst vergessen haben. Außerdem sind wir vielleicht ohnehin froh, dass rückblickend alles gut ist, so wie es gekommen ist. So und so war der nächste Beziehungspartner der liebevollere, der nächste Job der lukrativere, die nächste Wohnung die hellere, die neue Schule der Kinder die geeignetere usw. Dennoch: Die Quälgeister wollen nicht und nicht ruhen.

Eine sehr wirkungsvolle Methode nicht nur der Symptombekämpfung, sondern auch der Austestung und sehr oft sogar Heilung, haben wir der Kinesiologie zu verdanken.

Bitte beachten Sie jedoch, dass der Besuch beim Kinesiologen den Besuch beim Arzt keinesfalls ersetzt.