



ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ-ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΑ ΣΕ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΓΟΡΑΣ: ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ, ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ ΚΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥΣ ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΗ ΟΜΑΔΑ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ



ΑΘΗΝΑ 2007

Τριμελής Επιτροπή: Καραθάνος Βάιος (επιβλέπων καθηγητής)
Βασιλοπούλου Αιμιλία
Δεδούσης Γεώργιος

Φοιτήτρια:
Στρουμπή Έλενα
AM 20233

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<u>Ευχαριστίες</u>	5
<u>Πρόλογος</u>	6
1 <u>Εισαγωγή</u>	
1.1 Τροφική αλλεργία	
1.1.1 Ιστορική αναδρομή	9
1.1.2 Επιδημιολογία	10
1.1.3 Ορισμοί	11
1.1.4 Παθοφυσιολογία	14
1.1.5 Δομή και Ανοσολογικές ιδιότητες τροφίμων αντιγόνων	18
1.1.6 Κλινική εικόνα	26
1.1.7 Διάγνωση και διαφορική διάγνωση	41
1.1.8 Πρόληψη	49
1.1.9 Θεραπευτική αντιμετώπιση	51
1.2 Επισήμανση	53
1.2.1 Νομικές απαιτήσεις κατά την επισήμανση	58
1.2.2 Επισήμανση σε χώρες εκτός Ευρωπαϊκής Ένωσης	64
1.2.3 Προληπτική επισήμανση	65
1.2.4 Αλλεργικοί καταναλωτές: απαιτήσεις για ασφάλεια	68
1.2.5 Προσέγγιση της βιομηχανίας τροφίμων στη διαχείριση γνωστών αλλεργιογόνων	69
2 <u>Σκοπός</u>	73
3 <u>Μεθοδολογία</u>	75
4 <u>Αποτελέσματα</u>	
4.1 Αποτελέσματα ερωτηματολογίου	79
4.2 Η επισήμανση στην Ελλάδα	81
4.3 Διαφορετικοί τρόποι καταγραφής των 7 αλλεργιογόνων συστατικών και των παραγώγων τους, στα 198 προϊόντα που μελετήσαμε	83
4.4 Ποσοστά των αλλεργιογόνων και των παραγώγων τους, στα 198 προϊόντα που μελετήσαμε	89
4.5 Τρόποι προληπτικής επισήμανσης αλλεργιογόνων συστατικών και των παραγώγων τους, σε τρόφιμα της ελληνικής αγοράς	92

5	<u>Συζήτηση</u>	96
5.1	Ετικέτες τροφίμων: απαραίτητες βελτιώσεις.....	102
5.2	Περιορισμοί κατά την έρευνα.....	103
6	<u>Παράρτημα</u>	104
7	<u>Βιβλιογραφία</u>	150

**Στην πολυαγαπημένη μου
μητέρα, Αννίτα**

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Για την πραγματοποίηση αυτής της πτυχιακής εργασίας, αρχικά θα ήθελα να ευχαριστήσω τον κ. Βάϊο Καραθάνο που μου έδωσε την δυνατότητα να ασχοληθώ με αυτό το ενδιαφέρον θέμα, αλλά και για τη συνεχή βοήθειά του, τις ουσιαστικές διορθώσεις του, την υπομονή και κατανόησή του.

Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω την κα. Αίμη Βασιλοπούλου, που ήταν δίπλα μου σε κάθε βήμα αυτής της προσπάθειας, να με καθοδηγεί και να με διορθώνει.

Θα πρέπει ακόμη να ευχαριστήσω τις εταιρίες τροφίμων που δέχθηκαν να επικοινωνήσουν μαζί μου.

Τέλος ευχαριστώ την οικογένειά μου για τη βοήθεια που μου πρόσφερε καθ' όλη τη διάρκεια της δύσκολης αυτής χρονιάς.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η πραγματική συχνότητα της τροφικής αλλεργίας δεν είναι γνωστή, όμως είναι γεγονός ότι οι τροφικές αλλεργίες κατέχουν σημαντική θέση στο ευρύ φάσμα των αλλεργικών εκδηλώσεων. Η τροφική αλλεργία (υπερευαισθησία) είναι μία ανεπιθύμητη αντίδραση, που προκαλείται από ενισχυμένες ανοσολογικές απαντήσεις σε συστατικά γλυκοπρωτεΐνης που περιέχονται στα τρόφιμα, που αναφέρονται ως αλλεργιογόνα.

Κατά τη διάρκεια των τελευταίων δεκαετιών, η τροφική αλλεργία έχει προκύψει ως σοβαρό πρόβλημα δημόσιας υγείας, με μια αύξηση στην επίπτωση και την επικράτηση. Λαμβάνοντας υπόψη την ανίατη φύση και τις ενδεχομένως απειλητικές για τη ζωή συνέπειες των τροφικών αλλεργιών, τα ευαισθητοποιημένα άτομα στηρίζονται σε μεγάλο ποσοστό στις δίαιτες αποφυγής. Μια αυστηρή προσκόλληση σε μια δίαιτα αποφυγής είναι το σημαντικότερο προληπτικό μέτρο και στοχεύει σε έναν συνολικό αποκλεισμό των τροφίμων που προκαλούν αλλεργία. Τα αλλεργικά άτομα μαζί με την οικογένειά τους, θα πρέπει να επαγρυπνούν καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους, έτσι ώστε τα τρόφιμα που αγοράζουν και καταναλώνουν να είναι ελεύθερα αλλεργιογόνων. Για αυτόν τον λόγο, είναι εξαιρετικά σημαντικό για τον αλλεργικό καταναλωτή τα εμπορικά τρόφιμα να έχουν ακριβή και αναμφισβήτητη επισήμανση.

Στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, έχει θεσπιστεί νομοθεσία σχετικά με την επισήμανση των τροφίμων που στοχεύει στην επίτευξη ενός υψηλού επιπέδου προστασίας της υγείας των καταναλωτών και στην εγγύηση του δικαίωμά τους στην ενημέρωση. Η παρουσία τροφίμων ικανών να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις, όπως το γάλα, το αυγό, το φιστικό κ.λ.π. πρέπει να επισημανθεί στην ετικέτα των τροφίμων.

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι ο έλεγχος και η αξιολόγηση της επί του παρόντος επισήμανσης συγκεκριμένων αλλεργιογόνων και των παραγώγων τους σε 198 επιλεγμένα τρόφιμα (μπισκότα, σοκολάτες υγείας και γάλακτος, ψωμί συσκευασμένο) της ελληνικής αγοράς από πλευράς:

- Νομοθεσίας (Ελληνική και ευρωπαϊκή)
- Έρευνα αγοράς σε 2 μεγάλα καταστήματα τροφίμων
- Μέτρων που λαμβάνουν οι βιομηχανίες, ώστε να αποφύγουν την μόλυνση των προϊόντων

Με τα αποτελέσματα θα διερευνηθεί η ισχύς των μέτρων που λαμβάνονται για την ασφάλεια των αλλεργικών καταναλωτών και η διαθεσιμότητα σε προϊόντα ευρείας κατανάλωσης για τους συγκεκριμένους ασθενείς

Για να αξιολογηθεί λοιπόν η τρέχουσα κατάσταση σχετικά με τις ετικέτες τροφίμων που δηλώνουν την παρουσία αλλεργιογόνων τροφίμων, αρχικά έγινε διερεύνηση και καταγραφή της ευρωπαϊκής νομοθεσίας που αφορά στην επισήμανση αλλεργιογόνων και στη συνέχεια πραγματοποιήθηκε μια έρευνα στην ελληνική αγορά (επίσκεψη σε 2 μεγάλα πολυκαταστήματα τροφίμων), όπου καταγράφηκαν συνολικά 198 διαφορετικοί τύποι σοκολατών, μπισκότων και συσκευασμένων ψωμιών. Για την επικοινωνία με τις εταιρίες χρησιμοποιήθηκε μια φόρμα καταγραφής αλλεργιογόνων συστατικών για προμηθευτές και παραγωγούς τροφίμων και ένα ερωτηματολόγιο.

Αφού συγκεντρώθηκαν όλα τα δεδομένα, κατασκευάστηκαν πίνακες με ποσοστά για κάθε αλλεργιογόνο που υπάρχει, ή μπορεί να υπάρχει στα προϊόντα που μελετήθηκαν καθώς και όλους τους διαφορετικούς τρόπους καταγραφής τους που συναντήσαμε.

Στην Ελλάδα, σαν κράτος-μέλος τη Ευρωπαϊκής Ένωσης, η Οδηγία 2003/89/EC έγινε εθνικός νόμος. Το παράρτημα IIIα της Οδηγίας 2003/89/ EC αναφέρει δώδεκα αλλεργιογόνα τρόφιμα και συστατικά τροφίμων, τα οποία είναι απαραίτητο να επισημαίνονται. Από αυτά, διερευνήσαμε τα επτά στα προϊόντα μας.

Συναντήσαμε πολλούς διαφορετικούς τρόπους καταγραφής των αλλεργιογόνων συστατικών και των παραγώγων τους, αρκετοί εκ των οποίων είναι δυσνόητοι για τον απλό καταναλωτή. Επίσης σε μεγάλο ποσοστό συναντήσαμε προληπτική επισήμανση αλλεργιογόνων. Σύμφωνα με την έρευνα αγοράς αλλά και τα λεγόμενα των κατασκευαστριών εταιριών, η πλειονότητα ή σχεδόν όλα τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά δεν μπορούν να χαρακτηρισθούν ως ελεύθερα αλλεργιογόνων.

Τελικά, αν και πολλές βελτιώσεις συνίστανται και πρέπει να γίνουν για την ενημέρωση του αλλεργικού καταναλωτή, οι νέες οδηγίες επισήμανσης, μαζί με τις προσπάθειες των παραγωγών τροφίμων και των ομάδων αλλεργικών καταναλωτών, προχωρούν στοχεύοντας την προστασία της υγείας των τελευταίων.

ELZATOH

1.1 ΤΡΟΦΙΚΗ ΑΛΛΕΡΓΙΑ

1.1.1 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Η ιστορία των ανεπιθύμητων αντιδράσεων στα τρόφιμα έχει τις ρίζες της στο πρώτο ανθρώπινο ζεύγος, τον Αδάμ και την Εύα, που είχαν στην διάθεσή τους : «κάθε φυτό που έκανε σπόρους.. κάθε δένδρο με καρπούς που περιείχαν σπόρους.. κάθε δένδρο που ήταν ευχάριστο στην όψη και καλό για τροφή» (Γένεση 1:3)(Bahna SL, Heiner DC). Κανείς δεν γνωρίζει πότε και πού εκδηλώθηκαν για πρώτη φορά σε ανθρώπους αλλεργικές αντιδράσεις τροφικής αιτιολογίας. Οι πρώτες σχετικές αναφορές προέρχονται από τη «Συλλογή» του Ιπποκράτη (460-370 π.Χ) και αφορούν το τυρί και το κρασί. Ο Αριστοτέλης (384-322 π.Χ) αναφέρει ότι υπάρχουν άνθρωποι που δεν μπορούν να ανεχθούν τα φρούτα, ενώ ο Γαληνός (210-130 π.Χ.) περιγράφει ένα παιδί που εκδήλωσε αλλεργική συμπτωματολογία μετά την κατανάλωση κατσικίσιου γάλακτος. Κατά το πρώτο ήμισυ του τελευταίου αιώνα προ Χριστού, ο Ρωμαίος ποιητής και φιλόσοφος Τίτος Λουκρήτιος Κάρος (95-51 π.Χ.) στο μακροσκελές ποίημά του με τίτλο «Περί φύσεως των πραγμάτων» (De Return Natura) επιβεβαιώνει την άποψη ότι οι ανεπιθύμητες αντιδράσεις στα τρόφιμα ήταν γνωστές στους αρχαίους Έλληνες και Ρωμαίους και δηλώνει μεταξύ των άλλων ότι «... εκείνο που αποτελεί τροφή για κάποιον, μπορεί να είναι το δηλητήριο κάποιου άλλου» («Quod aliis cibis est aliis fuit acre venenum»). Στη σύγχρονη εποχή η σημασία της τροφικής αλλεργίας στην παιδική ηλικία αναγνωρίστηκε κατά την πρώτη δεκαετία του αιώνα μας. Το 1901, ο Hamburger τεκμηρίωσε την πρώτη περίπτωση υπερευαισθησίας στο γάλα. Το 1905 ο Schlossman ανακοίνωσε την περίπτωση ασθενούς που εμφάνισε συστηματική αναφυλαξία μετά την κατανάλωση αγελαδινού γάλακτος, ενώ η πρώτη αναφορά αλλεργικής αντίδρασης στο αυγό έγινε το 1912. Σημαντική είναι η συμβολή του Prausnitz και του κλασσικού πειράματος που διενήργησε και κατά το οποίο μετέφερε την άμεση ευαισθησία του συνεργάτη του Kunster, ο οποίος είχε ευαισθητοποιηθεί στο ψάρι, στο δέρμα του επιδεικνύοντας έτσι την παρουσία των αντιδραστικών αντισωμάτων στον ορό των αλλεργικών ασθενών. Χρειάστηκε όμως να περάσουν περί τα 40 χρόνια μέχρις ότου ανακαλυφθεί η ανοσοσφαιρίνη Ε στον ορό ασθενών με αλλεργική ρινίτιδα και αναγνωρισθεί ως ο φορέας της δραστηριότητας των αντιδραστικών αντισωμάτων(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.2 ΕΠΙΔΗΜΙΟΛΟΓΙΑ

Η πραγματική συχνότητα της τροφικής αλλεργίας δεν είναι γνωστή. Σύμφωνα με μελέτες της Asthma and Allergy Foundation, 35-40 εκατομμύρια Αμερικανών υποφέρουν από κάποια μορφή αλλεργίας. Εκτιμάται ότι 5% έως 10% εξ αυτών πάσχουν από τροφική αλλεργία. Από την άλλη πλευρά το American College of Allergists δηλώνει ότι το 25% των Αμερικανών πάσχει από πραγματικές αλλεργίες, το ήμισυ των οποίων είναι τροφικής αιτιολογίας (Fink J). Το United States Department of Agriculture στην έκδοση του Federal Register, αναφέρει ότι το 15% του πληθυσμού μπορεί να είναι ευαίσθητο σε ορισμένα συστατικά των τροφών (Federal Register).

Από όλα τα ανωτέρω είναι φανερό ότι οι τροφικές αλλεργίες κατέχουν σημαντική θέση στο ευρύ φάσμα των αλλεργικών εκδηλώσεων. Οι εκτιμήσεις για τη συχνότητα των αντιδράσεων υπερευαισθησίας στο αγελαδινό γάλα κυμαίνονται από 0.3% - 7.5%(Bahna SL, Heiner DC, Michel FB, Bousquet J, Greillier P) και κατ' άλλους έως 27%(Kajosaary M). Η συχνότητα είναι μεγαλύτερη στα βρέφη παρά στους ενήλικους(Bahna SL, Heiner DC). Όπως επισημαίνει ο Heiner, εάν συμπεριληφθούν όλες οι επί μέρους αντιδράσεις κατά τη βρεφική ηλικία, όπως εξανθήματα, υδαρή κόπρανα, κωλικοί και ήπια ρινίτιδα που δεν οφείλονται σε άλλους μηχανισμούς, η συχνότητα μπορεί να φθάσει το 10% των βρεφών που τρέφονται με αγελαδινό γάλα(Heiner DC.). Στα ατοπικά παιδιά η αντιδράσεις υπερευαισθησίας στο αγελαδινό γάλα αγγίζει το 25% όταν συνυπάρχει βρεφικό έκζεμα(Heiner DC.) και άσθμα (Zeiger RS.). Παρά το γεγονός ότι η πλειονότητα των εν λόγω αντιδράσεων δεν έχει αποδειχθεί ότι έχει αλλεργική βάση, η σχετική υπόθεση γίνεται αποδεκτή με ευκολία από τους γονείς του παιδιού και τους θεράποντες ιατρούς, γιατί αφ' ενός δεν υπάρχει άλλη αιτιολογία και αφ' ετέρου τα συμπτώματα υποχωρούν μετά την απομάκρυνση του γάλακτος από το διαιτολόγιο του παιδιού.

1.1.3 ΟΡΙΣΜΟΙ

Επειδή στην καθ' ημέρα πράξη τόσο οι ιατροί όσο και οι ασθενείς συχνά ερμηνεύουν διαφορετικά και ενίοτε λανθασμένα τον όρο «αλλεργία» κρίνεται σκόπιμη και χρήσιμη η παράθεση της ερμηνείας των διαφόρων όρων που αφορούν τις ανεπιθύμητες αντιδράσεις στα τρόφιμα, όπως καθορίστηκαν από το EAACI NPP by S Karren Henley Davies, WAO και S.G.O. Johansson, Karolinska Hospital, Stockholm, αποδοθέν στα Ελληνικά από τον Μιχάλη Μακρή και Καλλιόπη Κόντου-Φίλη, Αλλεργιολογικό Τμήμα ΠΓΝΑ ΛΑΪΚΟ, από την Adverse Reactions to Foods Committee of American Academy of Allergy & Immunology και το National Institute of Allergy and Infectious Diseases .

Η **αλλεργία** είναι μία αντίδραση υπερευαισθησίας που προκαλείται με ανοσολογικό μηχανισμό. Στην αλλεργία μπορεί να μετέχουν ειδικά αντισώματα ή ανοσολογικά κύτταρα (Τ-λεμφοκύτταρα). Στην πλειονότητα των περιπτώσεων το αντίσωμα που τυπικά ευθύνεται για μια αλλεργική αντίδραση ανήκει στον IgE ισότυπο και κατά συνέπεια αυτά τα άτομα αναφέρονται ως πάσχοντα από μία IgE- μεσολαβούμενη αλλεργία. Οι “αλλεργικές” αντιδράσεις, που προκαλούνται από την IgE, δεν συμβαίνουν σε όλα τα ατοπικά άτομα. Σε μη IgE- μεσολαβούμενη αλλεργία το αντίσωμα μπορεί να ανήκει στον IgG ισότυπο π.χ. αναφυλαξία λόγω ανοσοσυμπλεγμάτων που περιέχουν δεξτράνη και η κλασσική, αν και σπάνια στις μέρες μας, ορονοσία (παλαιότερα και οι δύο αναφέρονταν ως ανοσολογικές αντιδράσεις τύπου III). Αντισώματα τόσο IgE όσο και IgG ανιχνεύονται στην Αλλεργική Βρογχοπνευμονική Ασπεργίλλωση (ABPA). Η αλλεργική δερματίτιδα εξ' επαφής είναι αντιπροσωπευτική αλλεργικών νοσημάτων που διαμεσολαβούνται από Τ-λεμφοκύτταρα (EAACI).

Ατοπία καλείται η ατομική ή οικογενής τάση για παραγωγή IgE αντισωμάτων, ως απάντηση σε χαμηλές δόσεις αλλεργιογόνων, συνήθως πρωτεϊνών με αποτέλεσμα την ανάπτυξη τυπικών συμπτωμάτων όπως άσθμα, ρινοεπιπεφυκίτιδα ή σύνδρομο αλλεργικού εκζέματος/δερματίτιδας (AEDS). Οι όροι «ατοπία» και «ατοπικός» χρησιμοποιούνται για την περιγραφή αυτού του χαρακτηριστικού και της υποκείμενης προδιάθεσης. Ο όρος ατοπία πρέπει να χρησιμοποιείται με επιφύλαξη μέχρι να τεκμηριωθεί η ύπαρξη IgE ευαισθητοποίησης. Τα αλλεργικά συμπτώματα σε ένα τυπικά ατοπικό άτομο μπορούν να αναφέρονται με το όρο ατοπικά, π.χ. ατοπικό άσθμα. Εν τούτοις, το IgE-μεσολαβούμενο άσθμα γενικώς δεν θάπρεπε να αναφέρεται σαν ατοπικό άσθμα, αφού ούτε η παρουσία

θετικών δερματικών δοκιμασιών ούτε η ανίχνευση ειδικών IgE αντισωμάτων, δεν πρέπει να θεωρούνται απόλυτοι δείκτες της ατοπικής ιδιοσυστασίας(EAACI).

Η **τροφική αλλεργία**(υπερευαισθησία) είναι μία ανεπιθύμητη αντίδραση, που προκαλείται από ενισχυμένες ανοσολογικές απαντήσεις σε συστατικά γλυκοπρωτεΐνης που περιέχονται στα τρόφιμα, που αναφέρονται ως αλλεργιογόνα.

Τα **αλλεργιογόνα** είναι αντιγόνα που προκαλούν αλλεργία. Τα περισσότερα αλλεργιογόνα που αντιδρούν με IgE και IgG αντισώματα είναι πρωτεΐνες, συχνά δε χαρακτηρίζονται από υδατανθρακικές πλευρικές αλυσίδες· αμιγείς υδατάνθρακες έχουν επίσης θεωρηθεί ως αλλεργιογόνα σε ορισμένες περιπτώσεις. Σπανίως, χημικές ουσίες χαμηλού μοριακού βάρους, π.χ. ισοκυανιούχα και ανυδρίτες που δρουν σαν απτίνες, αναφέρονται επίσης ως αλλεργιογόνα για IgE αντισώματα. Στην αλλεργική δερματίτιδα εξ'επαφής τα κλασσικά αλλεργιογόνα είναι χημικές ουσίες χαμηλού MB, π.χ. χρώμιο, νικέλιο και φορμαλδεΰδη που αντιδρούν με T-λεμφοκύτταρα(EAACI).

Ανεπιθύμητη αντίδραση σε κάποιο τρόφιμο είναι ένα γενικός όρος που αφορά κάθε κλινική, μη φυσιολογική αντίδραση μετά την κατανάλωση κάποιου τροφίμου ή πρόσθετου τροφών.

Τροφική υπερευαισθησία είναι μία ανοσολογική αντίδραση μετά την κατανάλωση κάποιου τροφίμου ή πρόσθετου τροφών. Η υπερευαισθησία προκαλεί αντικειμενικά, σταθερά αναπαραγόμενα συμπτώματα ή σημεία, που εμφανίζονται μετά από την έκθεση σε ένα συγκεκριμένο ερέθισμα, καλά ανεκτό από φυσιολογικά άτομα(EAACI).

Μη αλλεργική υπερευαισθησία είναι ο προτιμώμενος όρος για την περιγραφή της υπερευαισθησίας στην οποία δεν μπορεί να αποδειχτεί ανοσολογικός μηχανισμός(EAACI).

Τροφική αναφυλαξία είναι η κλασσική αντίδραση υπερευαισθησίας σε τρόφιμα ή πρόσθετα που λαμβάνει χώρα με την μεσολάβηση της ανοσοσφαιρίνης E και των χημικών μεσολαβητών που απελευθερώνονται.

Τροφική δυσανεξία είναι ένας γενικός όρος που περιγράφει τη διαταραχή της φυσιολογίας του οργανισμού μετά την κατανάλωση κάποιας τροφής ή πρόσθετου. Η εν λόγω αντίδραση

δεν έχει αποδειχθεί ότι είναι ανοσολογική και μπορεί να οφείλεται σε ιδιοσυγκρασιακές, μεταβολικές, φαρμακολογικές ή τοξικές επιδράσεις των τροφών ή των πρόσθετων.

Τοξικότητα τροφών(δηλητηρίαση), είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να αποδοθεί η ανεπιθύμητη αντίδραση που προκαλείται από την άμεση δράση του τροφίμου ή του πρόσθετου στον ξενιστή χωρίς τη συμμετοχή ανοσολογικού μηχανισμού. Ο τύπος αυτός αντιδράσεως μπορεί να περιλαμβάνει και μη ανοσολογική απελευθέρωση μεσολαβητών. Οι τοξίνες είτε περιέχονται στο τρόφιμο, είτε απελευθερώνονται από μικροοργανισμούς ή παράσιτα που επιμολύνουν τα διάφορα προϊόντα.

Τροφική ιδιοσυγκρασία είναι μια ποσοτική ανώμαλη αντίδραση σε κάποια τροφή ή πρόσθετο τροφής χωρίς τη μεσολάβηση ανοσολογικού μηχανισμού.

Αναφυλακτοειδής αντίδραση σε τρόφιμα είναι μια αντίδραση που προσομοιάζει με αναφυλακτική και οφείλεται στη μη ανοσολογική απελευθέρωση χημικών μεσολαβητών. Η αντίδραση αυτή συχνά μιμείται τη συμπτωματολογία της τροφικής υπερευαισθησίας(αλλεργίας).

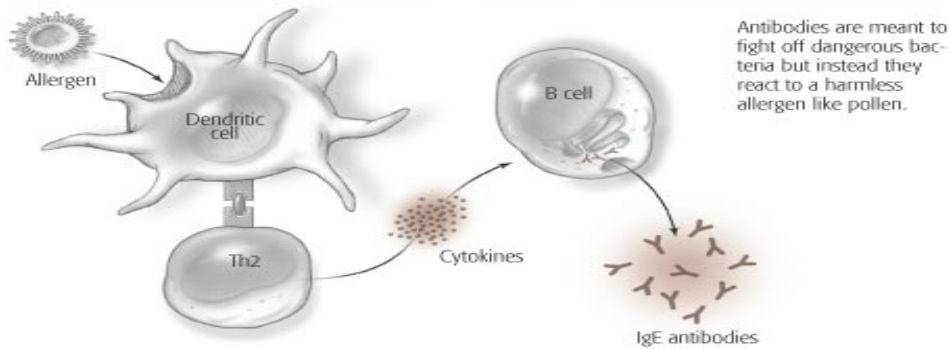
Φαρμακολογική τροφική αντίδραση είναι μια ανεπιθύμητη αντίδραση σε κάποιο τρόφιμο ή πρόσθετο τροφής ως αποτέλεσμα της φυσικής ύπαρξης ή της μετέπειτα προσθήκης κάποιας χημικής ουσίας που προκαλεί φαρμακολογικού τύπου επιδράσεις στον ξενιστή.

Μεταβολική τροφική αντίδραση είναι μία ανεπιθύμητη αντίδραση σε κάποιο τρόφιμο ή πρόσθετο ως αποτέλεσμα της επίδρασης της ουσίας στο μεταβολισμό του ξενιστή. Το 1995 δημοσιεύθηκε στο περιοδικό «Allergy» η θέση (position paper) της Ευρωπαϊκής Ακαδημίας Αλλεργιολογίας και Κλινικής Ανοσολογίας(Bmijneel-Koomen C, Ortolani C, Aas K) όπου μεταξύ άλλων προτείνεται μια νέα ταξινόμηση των τροφικών αντιδράσεων, ως ακολούθως: Οι ανεπιθύμητες αντιδράσεις στις τροφές διακρίνονται σε τοξικές και μη τοξικές. Οι τελευταίες προκαλούνται είτε με τη μεσολάβηση του ανοσιακού συστήματος είτε με άλλο μηχανισμό. Για τις μέσω ανοσιακού μηχανισμού προκαλούμενες αντιδράσεις συνιστάται ο όρος «τροφική αλλεργία» και για τις υπόλοιπες ο όρος «τροφική δυσανεξία». Η τροφική αλλεργία διακρίνεται περαιτέρω σε διαμεσολαβούμενη μέσω της IgE και σε αντιδράσεις χωρίς τη μεσολάβηση της ανοσοσφαιρίνης E. Η τροφική δυσανεξία διακρίνεται σε ενζυμική, φαρμακολογική και αγνώστου αιτιολογίας.

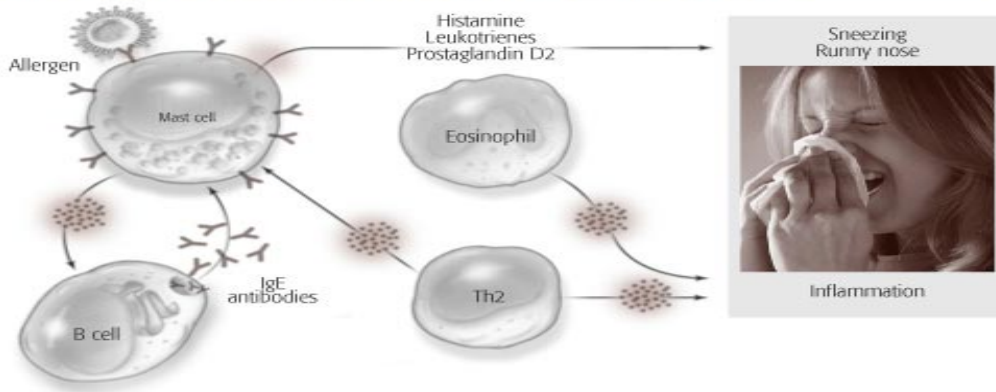
1.1.4 ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ

Η γαστρεντερική οδός που είναι σε στενή συνάφεια με το εξωτερικό περιβάλλον, έρχεται σε καθημερινή επαφή με ποικιλία ξένων αντιγόνων με τη μορφή μικροοργανισμών, τοξικών υποπροϊόντων βακτηριδιακής και ιογενούς προέλευσης και συστατικών των τροφών. Έναντι όλων αυτών η γαστρεντερική οδός έχει αναπτύξει ειδικούς και μη ειδικούς μηχανισμούς που έχουν ως στόχο την αποτροπή της διόδου των αντιγόνων του αυλού δια μέσου του επιθηλιακού φραγμού και τον έλεγχο της συστηματικής αυτής ανοσολογικής απάντησης στα ξένα τροφικά αντιγόνα. Η παραβίαση αυτής της πολύπλοκλης φυσιολογικής λειτουργίας έχει ως αποτέλεσμα την κλινική εκδήλωση της τροφικής αλλεργίας. Για να επέλθει ευαισθητοποίηση, θα πρέπει τα τροφικά αντιγόνα ή τμήματα αυτών να έλθουν σε επαφή με ανοσολογικώς ικανά κύτταρα. Στην περίπτωση αυτή άθικτα μακρομόρια ικανού μεγέθους διαπερνούν το επιθήλιο της γαστρεντερικής οδού, αντιδρούν με το βλεννογόνο ανοσιακό σύστημα και αποκτούν πρόσβαση στην αιματική κυκλοφορία. Διάφοροι παράγοντες καθορίζουν το μέγεθος των μορίων των προϊόντων διάσπασης των τροφών. Οι τροφές που καταναλώνονται υφίστανται την επίδραση των οξέων του στομάχου και των πεψινών, των παγκρεατικών εκκρίσεων και των εντερικών πεπτιδασών. Τα βλεννογόνια επιθηλιακά κύτταρα απορροφούν ενεργά τα αμινοξέα, τα μικρά πεπτίδια και τις άθικτες πρωτεΐνες και τα πεπτίδια. Οι πρωτεΐνες και τα πεπτίδια με αντιγονικές ιδιότητες διέρχονται δια των πλακών του Peyer ή των βλεννογονίων επιθηλιακών κυττάρων και προκαλούν την έκλυση ανοσιακής αντιδράσεως που οδηγεί ενεργό έκκριση ειδικών αντισωμάτων, κυρίως τύπου IgA, στο έντερο, τα οποία στη συνέχεια σχηματίζουν συμπλέγματα με τα αντίστοιχα αντιγόνα. Έτσι περιορίζεται η περαιτέρω απορρόφηση των εν λόγω αντιγόνων. Διαταραχές σε οποιοδήποτε από τα ανωτέρω στάδια μπορεί να επιφέρουν σημαντική αντιγοναιμία, με αποτέλεσμα την ευαισθητοποίηση του ατόμου. Καταστάσεις όπως η αχλωρυδρία, η δευτερογενής, μετά γαστρεντερίτιδα, βλάβη του βλεννογόνου, η εκλεκτική έλλειψη της IgA και η ανωριμότητα με συνοδό σχετική ανεπάρκεια της IgA, αποτελούν τα συνηθέστερα παραδείγματα τέτοιων καταστάσεων. Αλλά και άλλοι παράγοντες επηρεάζουν την ευαισθητοποίηση του ατόμου. Για παράδειγμα, τα άτομα που ανταποκρίνονται στις τροφικές πρωτεΐνες με την παραγωγή ειδικής για το αντιγόνο IgE, είναι ατοπικά και κατά συνέπεια εν μέρει γενετικά προδιατεθειμένα να αναπτύσσουν άμεσες αντιδράσεις σε τρόφιμα (Atkins FM, Steinberg SS, Metcalfe DD, Sampson HA, McCaskill CM, Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία) .

First exposure: You build antibodies that will recognize the allergen in the future.



Next exposure: Your antibodies recognize the allergen and trigger an allergic response.



Οι παθολογικές αντιδράσεις στα τρόφιμα που είναι αποτέλεσμα ανοσολογικών μηχανισμών μπορούν να διακριθούν σε τέσσερις ευρείες κατηγορίες:

1.1.4.1. Αντιδράσεις υπερευαισθησίας αμέσου τύπου

Σε ορισμένους ασθενείς με τροφική αλλεργία έχει επαρκώς τεκμηριωθεί η συμμετοχή της ανοσοσφαιρίνης E στην παθογένεση των εν λόγω αντιδράσεων (Sampson HA). Η IgE συνδέεται μέσω ειδικών υποδοχέων (high affinity receptors) με τα σιτευτικά κύτταρα και τα βασεόφιλα και κατά δεύτερο λόγο (low affinity receptors) με τα μακροφάγα, τα λεμφοκύτταρα, τα ηωσινόφιλα και τα αιμοπετάλια. Όμως, τα σιτευτικά κύτταρα είναι εκείνα τα οποία αποτελούν απαραίτητο συστατικό των αντιδράσεων που γίνονται με την μεσολάβηση της IgE στο δέρμα και στην επιφάνεια του στομάχου (Wershil BK, Walker WA). Όταν τα IgE αντισώματα της επιφανείας των σιτευτικών κυττάρων γεφυρώνονται από το ειδικό αντιγόνο, τίθεται σε λειτουργία μια σειρά αλληλοδιαδόχων αντιδράσεων που οδηγούν στην αποκοκκίωση του σιτευτικού κυττάρου και την απελευθέρωση των προσχηματισμένων χημικών μεσολαβητών όπως της ισταμίνης και της σεροτονίνης και την παραγωγή νεοσχηματισθέντων μεσολαβητών όπως των προσταγλανδινών και των λευκοτριενών. Οι εν λόγω μεσολαβητές έχουν πολλαπλές σημαντικές βιολογικές επιδράσεις.

Τα σιτευτικά κύτταρα ευρίσκονται σε αφθονία στη γαστρεντερική οδό των φυσιολογικών ατόμων και αντιπροσωπεύουν χαρακτηριστικούς πληθυσμούς ανάλογα με την ανατομική τους εντόπιση. Έτσι τα σιτευτικά κύτταρα των βλεννογονίων επιφανειών έχουν χαρακτηριστικές μορφολογικές και βιοχημικές ιδιότητες και περιέχουν πρωτεογλυκάνες που τα διαχωρίζουν από τα μαστοκύτταρα του συνδετικού ιστού που κατά κύριο λόγο απαντούν στην υποβλεννογόνιο στιβάδα και τις εν τω βάθει στιβάδες του εντέρου, του δέρματος και τις περιτοναϊκής κοιλότητας. Η φυσιολογική σημασία της ετερογένειας των σιτευτικών κυττάρων δεν είναι απόλυτα σαφής αλλά ίσως έχει σημαντικές επιπτώσεις στο χειρισμό των αντιδράσεων Τύπου I.

1.1.4.2. Αντιδράσεις κυτταροτοξικότητας

Οι αντιδράσεις του τύπου II επιφέρουν κυτταρική βλάβη με τη μεσολάβηση αντισωμάτων που δεσμεύουν το συμπλήρωμα και συνήθως κατευθύνονται εναντίον των επιφανειακών κυτταρικών αντιγόνων. Επί του παρόντος, δεν υπάρχουν επαρκή δεδομένα που να συνηγορούν για τη συμμετοχή των αντιδράσεων αυτού του είδους στην παθογένεση της τροφικής αλλεργίας(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.4.3. Αντιδράσεις υπερευαισθησίας με τη μεσολάβηση ανόσων συμπλεγμάτων

Η σύνδεση του αντισώματος με τα απορροφούμενα αντιγόνα και ο σχηματισμός ανόσων συμπλεγμάτων αποτελεί φυσιολογικό γεγονός και υπάρχουν μηχανισμοί που σκοπό έχουν την περαιτέρω απομάκρυνση των συμπλεγμάτων αυτών από το σύστημα. Οι αντιδράσεις τύπου III εκδηλώνονται όταν τα άνοσα συμπλέγματα διαφεύγουν της καθάρσεως και εναποτίθεται στις κυτταρικές επιφάνειες ή τις βασικές μεμβράνες όπου ενίοτε ενεργοποιούν το συμπλήρωμα και επιφέρουν κυτταρική βλάβη. Οι αντιδράσεις αυτού του τύπου έχουν ενοχοποιηθεί για ορισμένες περιπτώσεις τροφικής υπερευαισθησίας, ενώ άνοσα συμπλέγματα έχουν διαπιστωθεί στην κυκλοφορία φυσιολογικών ατόμων και ασθενών με τροφική αλλεργία, παρά το γεγονός ότι η φύση του συμπλέγματος μπορεί να διαφέρει στις δύο ομάδες. Η εναπόθεση του άνοσου συμπλέγματος μετά αντιγονική πρόκληση από το στόμα έχει αποδειχθεί κατά την εξέταση της λεπτής δομής σε βιοψίες λεπτού εντέρου(Shiner M). Επιπρόσθετα, έχουν αναφερθεί δεδομένα που συνηγορούν υπέρ της ενεργοποίησης του συμπληρώματος μετά την κατανάλωση αγελαδινού γάλακτος, ενώ έχει επιδειχθεί η τοπική εναπόθεση αντιγόνων αγελαδινού γάλακτος και αντισωμάτων που έχουν σχέση με το

συμπλήρωμα στο λεπτό έντερο. Οι αντιδράσεις υπερευαισθησίας τύπου ΙΙΙ μπορεί να συνδέονται με την παθογένεση της εντεροπάθειας στις επιβραδυνόμενες αλλεργικές αντιδράσεις(Bock SA, Remigio LK, Gordon B, Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.4.4. Υπερευαισθησία με τη μεσολάβηση κυττάρων

Τα Τ-λεμφοκύτταρα αποτελούν κύριο συστατικό του εντερικού λεμφικού ιστού και ανευρίσκονται σε όλη τη διαδρομή του εντέρου και τη βλεννογόνο επιφάνεια των ενδοεπιθηλιακών λεμφοκυττάρων. Ο αριθμός των τελευταίων είναι αυξημένος σε περιπτώσεις αλλεργίας στο αγελαδινό γάλα και σε σχέση με τον αριθμό των εντεροκυττάρων ανά μονάδα μήκους. Η σημαντικότητα του ευρήματος αυτού δεν έχει ακόμη διευκρινισθεί παρά το γεγονός ότι τα ενδοεπιθηλιακά λεμφοκύτταρα είναι δυνατόν να εμπλέκονται στις τοπικές άνοσες απαντήσεις στα τρόφιμα ή άλλα ξένα αντιγόνα. Η ενεργοποίηση των Τ-λεμφοκυττάρων σε πειραματικό επίπεδο έχει αποδειχθεί ότι προκαλεί εντεροπάθεια εντοπιζόμενη στο λεπτό έντερο συνοδευόμενη από υπερπλασία των κρυπτών και ατροφία των λαχνών(MacDonald TT, Spencer J, Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.5 ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΑΝΟΣΟΛΟΓΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΑΝΤΙΓΟΝΩΝ

Ελάχιστα από τα τροφικά αλλεργιογόνα είναι κεκαθαρμένα και ταυτοποιημένα, ενώ τα περισσότερα από τα τρόφιμα που συνήθως προκαλούν αλλεργικές αντιδράσεις φαίνεται ότι περιέχουν σύμπλοκα μίγματα αλλεργιογόνων.



1.1.5.1 Αλλεργιογόνα του αγελαδινού γάλακτος

Από μακρού το αγελαδινό γάλα αποτελεί ιδιαίτερα σημαντικό τμήμα της διατροφής των νεογνών και εξακολουθεί να χρησιμοποιείται ως υποκατάστατο του ανθρωπίνου γάλακτος. Το πρωτεϊνικό περιεχόμενο του αγελαδινού γάλακτος είναι υπερδιπλάσιο εκείνου του ανθρωπίνου γάλακτος (3,3 g% έναντι 0,7g%)(Businco L, Furcolo G, Bnino G). Οι πρωτεΐνες του αγελαδινού γάλακτος διαίρουνται σε δύο κλάσματα : την καζεΐνη και τον ορό (whey. Οι κύριες πρωτεΐνες του ορού του γάλακτος είναι η β-γαλακτολευκωματίνη(18.263D) και η α-γαλακτοσφαιρίνη(14.174D). Η ευαισθησία των ασθενών που είναι αλλεργικοί στο γάλα

οφείλεται κατά κύριο λόγο στη β-γαλακτοσφαιρίνη(66-82%) και κατά δεύτερο λόγο στην καζεΐνη(43-57%) και την β-γαλακτολευκωματίνη(41-54%), ενώ πολλοί ασθενείς αντιδρούν σε περισσότερες από μία κύριες πρωτεΐνες(Lebenthal E).

Το γάλα περιέχει καζεΐνες σε ποσοστό 80% και οι οποίες συνδεδεμένες με φωσφορικό ασβέστιο σχηματίζουν μικκύλια(micelles). Το εν λόγω πρωτεϊνικό κλάσμα αποτελείται από 5 βασικές πρωτεΐνες: τις α, α₂, β, κ και γ καζεΐνες(Bahna SL, Heiner DC). Τα μοριακά βάρη των καζεϊνών κυμαίνονται από 25.228(αS₂- καζεΐνη A) έως 11.557(γ3-καζεΐνη A). Τα κύρια αλλεργιογόνα του αγελαδινού γάλακτος είναι η αS1 – καζεΐνη και η β – γαλακτοσφαιρίνη. Κατά περίεργο τρόπο οι δύο αυτές πρωτεΐνες σχεδόν απουσιάζουν πλήρως από το ανθρώπινο γάλα(Swaigood HE). Διαφορές υπάρχουν επίσης ως προς τα περιεχόμενα λίπη, ενώ οι διαφορές ως προς τα σάκχαρα είναι καθαρά ποσοτικές. Και το ανθρώπινο και το αγελαδινό γάλα περιέχουν επαρκείς ποσότητες βιταμινών για τις ανάγκες των νεογνών κατά τους πρώτους μήνες της ζωής του.

Σε ορισμένες περιπτώσεις ασθενών με αλλεργία στο αγελαδινό γάλα έχουν διαπιστωθεί IgE αντισώματα κατά διαφόρων άλλων πρωτεϊνών του γάλακτος, όπως γαλακτοφερρίνης, γαλακτοϋπεροξειδάσης, αλκαλικής φωσφατάσης και καταλάσης, χωρίς όμως η σημαντικότητά τους να έχει καθοριστεί(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία)

Το αγελαδινό γάλα αποτελεί ιδιαίτερα σημαντικό τμήμα της διατροφής των νεογνών όμως συχνά διαφεύγει της προσοχής, το γεγονός, ότι το αγελαδινό γάλα προορίζεται για τη διατροφή των μοσχαριών τα οποία έχουν διαφορετικές ανάγκες από εκείνες των νεογεννήτων βρεφών. Έτσι δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι το αγελαδινό γάλα προκαλεί ευρύ φάσμα αλλεργικών εκδηλώσεων σε βρέφη και νεαρά παιδιά(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Πρόσφατα δεδομένα αναφέρουν ότι η ευαισθητοποίηση αρχίζει από την εμβρυϊκή περίοδο (διαπίστωση ειδικών IgE έναντι του ορού του γάλακτος (whey) στο αίμα ομφαλίου λώρου νεογνών με δυσανεξία στο μητρικό και το αγελαδινό γάλα). Έχει διαπιστωθεί ότι η ευαισθητοποίηση στο αγελαδινό γάλα μπορεί να γίνει μέσω του θηλασμού ακόμη και όταν είναι γνωστό ότι οι πρωτεΐνες του αγελαδινού γάλακτος που ανευρίσκονται στο μητρικό γάλα είναι της τάξεως των 0.5 – 45ng/mL, ενώ συνυπάρχει σημαντικός αριθμός IgA αντισωμάτων έναντι των εν λόγω πρωτεϊνών. Τα αλλεργικά άτομα συνήθως αντιδρούν σε δύο ή περισσότερες πρωτεΐνες του γάλακτος (β – γαλακτοσφαιρίνη, α – γαλακτολευκωματίνη, βόειος ανοσοσφαιρίνη). Αυτό σημαίνει ότι όλα τα νεογνά τα οποία αναπτύσσονται υπό φυσιολογικές συνθήκες και των οποίων οι μητέρες καταναλώνουν περίπου 500 mL γάλακτος ημερησίως, είναι εκτεθειμένα στη βόειο β –

γαλακτοσφαιρίνη(Hubby S, Host A, Teisner B, Svehag SE). Πρέπει να τονισθεί ότι το αντιγονικό φορτίο είναι πολύ υψηλό όταν στο μωρό χορηγείται συμπληρωματική ποσότητα γάλακτος. Έτσι, 40 mL ανθρώπινου γάλακτος περιέχουν από 32 έως 1000 ng/mL β – γαλακτοσφαιρίνης, ενώ 40 mL αγελαδινού γάλακτος περιέχουν 360.000.000 ng/ mL β – γαλακτοσφαιρίνης. Η ποσότητα αυτή αντιστοιχεί σε λήψη ενός λίτρου ανθρώπινου γάλακτος ημερησίως επί 7 – 21 έτη(Businco L, Furcolo G, Bnino G). Άλλες οδοί ευαισθητοποίησης μπορεί να είναι η παρουσία αλλεργιογόνων γάλακτος σε επιφάνειες ή ακόμη και δι’ εισπνοής, επειδή σημαντικές ποσότητες αγελαδινού γάλακτος ανιχνεύεται στην οικιακή σκόνη και σε τοπικά προϊόντα, τα οποία περιέχουν ελάχιστες ποσότητες καζεΐνης (Tabar AI, Alvarez MJ, Echechipia S). Η καζεΐνη χρησιμοποιείται στην παρασκευή και άλλων τροφών, όπως χοιρινών προϊόντων (σαλάμια, λουκάνικα, κ.α.) χυμού σταφυλιών και άλλων φρουτοχυμών και αλκοολούχων ποτών (κρασιού, μπίρας, σαμπάνιας κ.λ.π.) (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία, Businco L, Furcolo G, Bnino G).

1.1.5.1.2 Υποκατάστατα γάλακτος

Τα υδρολυμένα γάλατα (hydrolysate formulae HF) διαιρούνται στα περιέχοντα ορό και στα περιέχοντα καζεΐνη αναλόγως της πρωτεϊνικής πηγής εκάστου. Τα υδρολυμένα γάλατα μπορεί να είναι μερικώς υδρολυμένα (pHF) ή ευρέως υδρολυμένα (eHF). Τα pHF περιέχουν πεπτίδια με μοριακό βάρος μεγαλύτερο των 4000 Da, γεγονός που προκαλεί συμπτώματα περίπου στο 50% των παιδιών με αλλεργία στο αγελαδινό γάλα. Τα καζεϊνικής προελεύσεως eHF χρησιμοποιούνται πλέον της 40ετίας σε παιδιά που δεν ανέχονται τις πρωτεΐνες του γάλακτος και είναι καλώς ανεκτά όπως και τα νεότερα eHF που προέρχονται από τον ορό του γάλακτος. (Bock SA, Atkins FM). Το θρεπτικό περιεχόμενο των υδρολυμένων γαλάκτων δεν είναι πάντοτε επαρκές για την κανονική ανάπτυξη των βρεφών και απαιτείται ιδιαίτερα προσοχή όταν χρησιμοποιούνται για μεγάλα χρονικά διαστήματα(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Τα γάλατα σόγιας χορηγούνται σε παιδιά με αλλεργία στο αγελαδινό γάλα από το 1929. Έχει αποδειχθεί πλέον, παρά τις αντίθετες κατά το παρελθόν απόψεις, ότι οι πρωτεΐνες της σόγιας είναι λιγότερο ευαισθητοποιίες σε σύγκριση με τις πρωτεΐνες του αγελαδινού γάλακτος. Ποσοστό 4-7% των παιδιών με αλλεργία στο αγελαδινό γάλα εκδηλώνουν αντιδράσεις μετά χορήγηση γάλακτος σόγιας, ενώ σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες η χορήγηση γάλακτος σόγιας είναι αποτελεσματική για την πρόληψη της αλλεργίας στο αγελαδινό γάλα(Βασική

και Κλινική Αλλεργιολογία, Businco L, Furcolo G, Bnino G, Bock SA, Atkins FM, Giampietro PG, Ragno V, Daniele S).

Προσφάτως προτάθηκε ένα γάλα, το οποίο συνίσταται από αμινοξέα, λίπη, υδατάνθρακες, μέταλλα και βιταμίνες (Neocate) για χορήγηση σε νεογνά με αλλεργία στο αγελαδινό γάλα και πολλαπλές δυσανεξίες τροφικών πρωτεϊνών (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία, Hill DJ, Cameron DJS, Francis DEM).

Τα σπιτικά εκχυλίσματα με βάση το κρέας (home made meat – based formulae – HMMF) έχουν χρησιμοποιηθεί με επιτυχία ως υποκατάστατα του αγελαδινού γάλακτος για τη διατροφή βρεφών με αλλεργία στο γάλα αγελάδος. (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία, Businco L, Benincori N, Cantani A, Cardi E, Corrado G, Cavaliere M, ESPGAN).

1.1.5.2 Αλλεργιογόνα των οσπρίων

Τα φιστίκια (*Arachis hypogaea*) περιέχουν σε ποσοστό 25-28% πρωτεΐνες που ανήκουν σε 3 κατηγορίες: αραχίνη, κοναραχίνη (σφαιρίνες) και λευκωματίνες. Η αραχίνη και η κοναραχίνη αντιπροσωπεύουν το 87% του συνόλου των πρωτεϊνών του φιστικιού. Στο κλάσμα της λευκωματίνης περιέχονται πολλές βιολογικώς ενεργοί πρωτεΐνες, όπως λεκτίνες, γλυκοπρωτεΐνες, αναστολείς πρωτεάσης, αναστολέας της α-αμυλάσης και 6 – φωσφολιπάσης D. Επί του παρόντος έχει απομονωθεί το αντιγόνο I (peanut I) που είναι γλυκοπρωτεΐνη αποτελούμενη από δύο πρωτεϊνικές που αποτελούνται από δύο κλάσματα, τις σφαιρίνες και τον ορό (whey). Οι σφαιρίνες αποτελούν το 65-80% του συνόλου των πρωτεϊνών της σόγιας και διακρίνονται σε βκονγλυκινίνες και γλυκινίνες. Οι τελευταίες έχουν μοριακό βάρος 309.000 έως 363.000 (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Τα φιστίκια και οι ξηροί καρποί όπως επίσης και τα παράγωγά τους είναι μεταξύ των δώδεκα αλλεργιογόνων συστατικών που απαριθμούνται στο παράρτημα IIIa της οδηγίας 2000/13/EK (European Parliament and Council, 2000).

Το φιστίκι είναι μια συχνή αιτία των αλλεργικών αντιδράσεων τροφίμων και η επικράτηση της αλλεργίας από φιστίκια υπολογίζεται για να είναι μεταξύ 0,5% (Emmett, Angus, Fry, & Lee, 1999) και 1,1% (Sicherer, Munoz-Furlong, Burks, & Sampson, 1999). Το φιστίκι είναι επίσης η πιο κοινή αιτία οξείας τροφικής αναφυλαξίας, που επιβεβαιώνει την επικινδυνότητα του τροφίμου. Οι πρωτεΐνες φιστικιών που είναι ικανές να προκαλέσουν μια αλλεργιογόνο αντίδραση στα ευαισθητοποιημένα άτομα είναι ανθεκτικές στις κοινές μεθόδους επεξεργασίας τροφίμων όπως το ψήσιμο (Mondoulet et al., 2005). Πολλές μελέτες που χρησιμοποιούν τις από του

στόματος προκλήσεις τροφίμων έχουν δείξει ότι τα μικρά ποσά φιστικιού (ranging from 100mg to 1g of peanut protein) είναι ικανά να προκαλέσουν συμπτώματα στους αλλεργικούς ασθενείς (φιστικιών) (Hourihane et al, 1997; Taylor et al., 2002; Wensing et al., 2002).

Οι αλλεργικές αντιδράσεις στους ξηρούς καρπούς μπορούν να είναι σοβαρές και μοιραίες. Τα τελευταία χρόνια έχει πραγματοποιηθεί σημαντική έρευνα σε μία προσπάθεια να χαρακτηριστούν εκείνα τα αλλεργιογόνα που είναι αρμόδια για την ευαισθητοποίηση και την πρόκληση αλλεργίας. Και τα εγγενή και τα ανασυνδυαζόμενα αλλεργιογόνα ξηρών καρπών έχουν προσδιοριστεί και έχουν χαρακτηριστεί και, για μερικά, έχουν περιγραφεί IgE reactive epitopes.

Οι ξηροί καρποί που είναι οι συνηθέστερα αρμόδιοι για τις αλλεργικές αντιδράσεις είναι το φουντούκι, το καρύδι, το cashew και το αμύγδαλο ενώ εκείνοι που συνδέονται λιγότερο συχνά με τις αλλεργίες είναι το pecan, chestnut, Brazil nut, pine nut, macadamia nut, pistachio, coconut, Nangai nut, και acorn.

Οι γενετικοί παράγοντες, ειδικότερα, φαίνεται να διαδραματίζουν έναν ρόλο στην ανάπτυξη της αλλεργίας στο φιστίκι. Ενώ η πλειοψηφία των αλλεργιογόνων των ξηρών καρπών είναι πρωτεΐνες αποθήκευσης σπόρου, άλλα αλλεργιογόνα ξηρών καρπών είναι profilins και pathogenesis-related με πρωτεϊνικά ομόλογα, που θεωρούνται panallergens λόγω της εκτεταμένης διανομής τους στα φυτά. Η παρουσία συγκεκριμένων αντισωμάτων IgE σε διάφορους ξηρούς καρπούς είναι μια κοινή κλινική εύρεση, αλλά η κλινική σχετικότητα είναι συνήθως περιορισμένη. Οι αλλεργικές αντιδράσεις στους ξηρούς καρπούς εμφανίζονται να είναι ιδιαίτερα οξείες, μερικές φορές ακόμα και μοιραίες. Η τροφική αλλεργία εντοπίζεται με τον προσδιορισμό ενός ελλοχεύοντος ανοσολογικού μηχανισμού (δηλ. αλλεργική δοκιμή), και την καθιέρωση μιας αιτιώδους σχέσης μεταξύ της κατάποσης τροφίμων και των συμπτωμάτων (i.e. oral challenges). Σε έρευνες που διεξήχθησαν σε αλλεργικά στο φιστίκι παιδιά, περίπου 20% των περιπτώσεων ξεπέρασε την αλλεργία τους ή ανέπτυξε την ανοχή δια του στόματος.

Μια μεγάλη ποικιλία δέντρων παράγει εδώδιμους ξηρούς καρπούς αλλά, οι ξηροί καρποί που συνήθως καταναλώνονται είναι: καρύδια, φουντούκια, αμύγδαλα, κάσιους. Όπως και το φιστίκι, οι ξηροί καρποί είναι ισχυρά αλλεργιογόνα τροφίμων και είναι σε θέση να προκαλέσουν οξείες ή ακόμα και θανατηφόρες αναφυλακτικές αντιδράσεις, ακόμα και όταν ληφθούν σε πολύ μικρά ποσά. Στο UK, από τους 37 καταγεγραμμένους θανάτους που προκλήθηκαν από τρόφιμα, μεταξύ 1992 και 2000, δέκα αποδόθηκαν στο φιστίκι, πέντε στο καρύδι και δέκα σε άλλους ξηρούς καρπούς. (Pumphrey, 2000). Αν και η αλλεργιογόνος δράση και του φιστικιού και του φουντουκιού είναι ευρέως γνωστή, υπάρχουν λίγες

πληροφορίες για τα ασφαλή επίπεδα κατώτατων ορίων. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει ζητήσει στην ευρωπαϊκή αρχή ασφάλειας τροφίμων (EFSA) να παρέχει συμβουλές για τέτοιες δόσεις κατώτατων ορίων, αλλά EFSA θεώρησε τα διαθέσιμα επιστημονικά στοιχεία ανεπαρκή να καθιερώσει τις δόσεις κατώτατων ορίων κάτω από τις οποίες οι αλλεργικές αντιδράσεις δεν προκαλούνται από το φιστίκι είτε το φουντούκι ή οποιαδήποτε από τα άλλα αλλεργιογόνα συστατικά που απαριθμούνται στο παράρτημα IIIa (Humie`res & Wal, 2004). Επί του παρόντος αυτό το πρόβλημα αποτελεί το αντικείμενο των ερευνών, και μια πρόσφατη μελέτη καθόρισε το επίπεδο στο οποίο δεν παρατηρείται δυσμενής επίδραση (NOAEL) για το φιστίκι το οποίο είναι 1 mg. (Flinterman et al., 2006).

Τα φιστίκια και οι ξηροί καρποί καταναλώνονται ως τρόφιμα και αποτελούν ως εδώδιμα έλαια μια σημαντική πηγή τροφής από τους προϊστορικούς χρόνους.

Είναι πλούσια σε πρωτεΐνες, λίπος, ενέργεια, ιχνοστοιχεία και βιταμίνες.

Το 2002 παρατηρήθηκε μία αύξηση στην παγκόσμια παραγωγή φιστικιών, σύμφωνα με την Οργάνωση για τη Διατροφή και την Υγεία Ηνωμένων Εθνών (FAO) που υπολογίστηκε 37.057.652 τόνοι για να καλύψει την αυξημένη κατανάλωσή τους.

Τον ίδιο χρόνο επίσης αυξήθηκε η παγκόσμια παραγωγή φουντουκιού, 842.981 τόνοι. Αυτή η αύξηση στη παραγωγή φουντουκιού και γενικά των ξηρών καρπών θα πρέπει να κάνει τους αλλεργικούς καταναλωτές ακόμη πιο προσεχτικούς.

Όσον αφορά την ποικιλία και την πολυπλοκότητα των τροφίμων που διατίθενται στην αγορά σήμερα, είναι εμφανές ότι μία σαφής και σωστή επισήμανση είναι ουσιαστική για τον καταναλωτή. Η επισήμανση του φιστικιού και του φουντουκιού που περιέχεται στα μπισκότα και τις σοκολάτες τροφίμων είναι τρόφιμα στα οποία τα φιστίκια και τα φουντούκια χρησιμοποιούνται συχνά ως συστατικά. Οι κατασκευαστές τέτοιων προϊόντων πρέπει να έχουν μια λεπτομερή γνώση της αλυσίδας ανεφοδιασμού τους και των διαδικασιών παραγωγής τους.

1.1.5.3 Αλλεργιογόνα του αυγού

Το αυγό αποτελείται από τον κρόκο και το ασπράδι. Ο κρόκος περιέχει άνω του 50% των λιπιδίων του αυγού, διάφορες λιποπρωτεΐνες (λιποβιτελλίνη, λιποβιτελλενίνη), την υδατοδιαλυτή πρωτεΐνη λιβετίνη και τη φωσφοπρωτεΐνη φωσβιτίνη με περιεκτικότητα 10% σε φώσφορο (Bleumink E. Young E). Το ασπράδι του αυγού συνίσταται σχεδόν αποκλειστικά από πρωτεΐνες με κυρίους εκπροσώπους την ωολευκωματίνη, την κοναλβουμίνη και το ωοβλεννοειδές (ovomucoid). Το τελευταίο είναι υπεύθυνο για την

πλειοψηφία των θετικών δερματικών αντιδράσεων στο ασπράδι του αυγού(Bleumink E. Young E). Τα κύρια αλλεργιογόνα του κρόκου είναι η ωολευκωματίνη και η ωοτρανσφερίνη(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.5.4 Αλλεργιογόνα του ψαριού

Τα περισσότερα από τα αλλεργιογόνα των ψαριών δεν έχουν μελετηθεί, με εξαίρεση το αλλεργιογόνο Μ του βακαλάου(Aas K). Οι μύες των ψαριών περιέχουν πρωτεΐνες του συνδετικού ιστού, ακτινομυοσίνη και σαρκοπλασματικές πρωτεΐνες. Το αλλεργιογόνο Μ είναι σαρκοπλασματική πρωτεΐνη που ανήκει σε ομάδα πρωτεϊνών που είναι γνωστές ως «παρβαλβουμίνες» (Aas K). Περιέχει 113 αμινοξέα και ένα μόριο γλυκόζης και το μοριακό του βάρος είναι 12.328D. Από τις υπάρχουσες μελέτες είναι σαφές ότι, ενώ πολλοί ασθενείς αλλεργικοί στο ψάρι μπορούν εκ του ασφαλούς να καταναλώσουν ορισμένα είδη ψαριών, πολλοί αντιδρούν σε μεγάλο αριθμό διαφορετικών ψαριών χωρίς να είναι δυνατή η πρόβλεψη του είδους του ψαριού που θα προκαλέσει αντίδραση. Ο in vitro έλεγχος δεν είναι ιδιαίτερα επιβοηθητικός επειδή οι εν λόγω ασθενείς επιδεικνύουν ευαισθησία σε είδη ψαριών στα οποία δεν εμφανίζουν κλινική αλλεργία. Επί του παρόντος η σύσταση για ασφαλή κατανάλωση συγκεκριμένου είδους ψαριού, όταν υπάρχει θετική δερματική δοκιμασία δια νυγμού βασίζεται σε τροφική πρόκληση σε ελεγχόμενο νοσοκομειακό περιβάλλον(Bernhisel-Broadbent J, Scanlon SM, Sampson HA, Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.5.5 Αλλεργιογόνα των οστρακοειδών

Έχουν απομονωθεί τα αντιγόνα Ι και ΙΙ από διάφορα είδη ωμών και μαγειρευμένων γαρίδων(Hoffman DR, Day ED, Miller JS). Το αντιγόνο Ι της νωπής γαρίδας έχει μοριακό βάρος 20.500, περιέχει 189 αμινοξέα, 0,5% υδατάνθρακες και είναι ανθεκτικό στη θερμότητα. Το αντιγόνο ΙΙ με μοριακό βάρος 38.300 αποτελείται από 341 αμινοξέα και 4% υδατάνθρακες και είναι ελάχιστα ανθεκτικό στη θερμότητα καθ' όσον απομονώνεται μετά το βρασμό της γαρίδας επί 10-15 λεπτά. Η διασταυρούμενη αντιδραστικότητα μεταξύ των διαφόρων ειδών οστρακοειδών είναι πολύ πιθανή(Halmeperuo LD, Nuntirooj KK, Salvaggio J, Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.5.6 Αλλεργιογόνα της ντομάτας

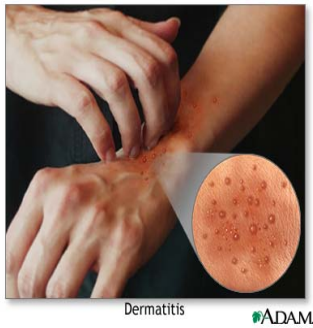
Παρά το γεγονός ότι έχουν ελάχιστα μελετηθεί, έχει απομονωθεί ένα αλλεργιογόνο κλάσμα από την ντομάτα, το οποίο δεν επηρεάζεται από το όξινο ή το ουδέτερο pH, είναι ανθεκτικό στην τρυψίνη και αποτελείται κατά κύριο λόγο από γλυκοπρωτεΐνες(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.6 ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ

Οι ανεπιθύμητες αντιδράσεις σε τρόφιμα που οφείλονται ή υπάρχει υποψία ότι οφείλονται σε ανοσολογικούς μηχανισμούς, είναι οι εξής:

Κνίδωση / Αγγειοοίδημα

Οι βλάβες εγκαθίσταται αιφνιδίως, είναι παροδικές, συχνά συρρέουν και ενίοτε εμφανίζονται σε νέα θέση, ενώ ταυτόχρονα εξαφανίζονται από άλλα σημεία του σώματος. Η κνίδωση και το αγγειοοίδημα είναι δυνατόν να εμφανίζονται ανεξάρτητα ή σε συνδυασμό με κάποιο από τα συμπτώματα της συστηματικής αναφυλαξίας που έχουν ήδη αναφερθεί (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία). Η αναγνώριση των τροφίμων ως αιτιών οξείας κνίδωσης και / ή αγγειοοιδήματος είναι εύκολη και στις περισσότερες φορές γίνεται από τον ίδιο τον ασθενή. Όταν όμως οι βλάβες είναι χρόνιες, τότε η τροφική αλλεργία σπανίως αποδεικνύεται ότι ευθύνεται για την κλινική συμπτωματολογία του ασθενούς. Τα ίδια τρόφιμα που μπορούν να πυροδοτήσουν μια αναφυλακτική αντίδραση, μπορούν να προκαλέσουν και την εκδήλωση κνίδωσης ή αγγειοοιδήματος. Στην περίπτωση αυτή οι αντιδράσεις οφείλονται στη μεσολάβηση της IgE και / ή τη μη ειδική απελευθέρωση ισταμίνης (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία). Οι παράγοντες που απελευθερώνουν ισταμίνη που περιέχονται στο ασπράδι του αυγού, τις φράουλες, στα εκχυλίσματα των θαλασσινών και το κρασί μπορεί να ευθύνονται για τα οξέα συμπτώματα ασθενών μετά την κατανάλωση μεγάλων ποσοτήτων των εν λόγω τροφίμων. Είναι γνωστό ότι η ασπιρίνη επιδεινώνει το εξάνθημα ορισμένων ασθενών με χρόνια κνίδωση. Τα φυσικά σαλικυλικά που προσομοιάζουν από δομικής πλευράς με τα ακετυλοσαλικυλικά της ασπιρίνης, εμπεριέχονται σε ορισμένα τρόφιμα όπως τις μπανάνες, τα μπιζέλια, τα μούρα και τη γλυκόριζα αλλά η συμμετοχή τους στην πρόκληση των δερματικών εκδηλώσεων είναι προς το παρόν υπό αμφισβήτηση (JuhlinL). Έχουν αναφερθεί επίσης επεισόδια κνίδωσης και / ή αγγειοοιδήματος μετά κατανάλωση τροφών που περιείχαν φυτικές κόλλες (karaya, arabic, tragacath), χρωστικές όπως η ταρτραζίνη και βενζοϊκά άλατα, σε ασθενείς με γνωστή ευαισθησία στην ασπιρίνη (Stevenson DD, Simon RA, Lumry WR). Η πενικιλίνη και άλλα αντιβιοτικά που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση παθήσεων που προσβάλλουν τα παραγωγικά ζώα είναι δυνατόν να αποτελέσουν συστατικό των διαφόρων τροφών π.χ. του γάλακτος και να προκαλέσουν δερματικά συμπτώματα ή και αναφυλαξία σε ιδιαίτερα ευαίσθητους ασθενείς (Wicher K, Reisman RE.).



Ατοπική δερματίτιδα

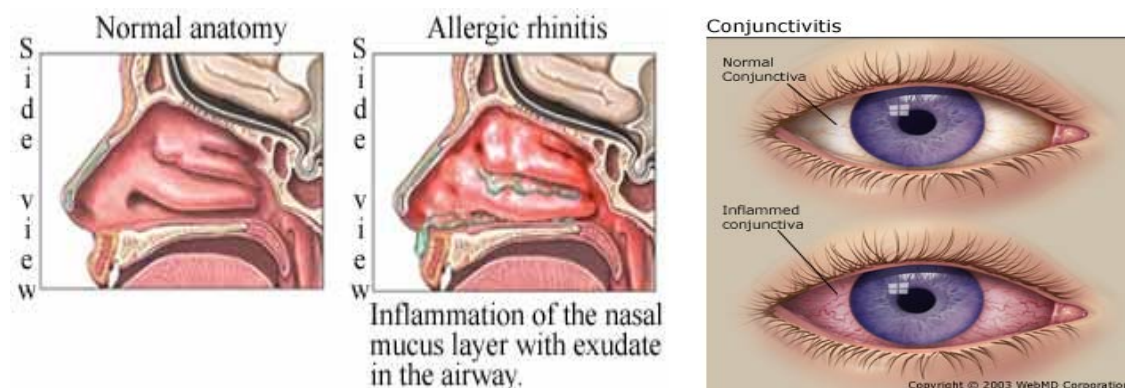
Οι εκδηλώσεις της ατοπικής δερματίτιδας ποικίλλουν από την αποφολιδωτική ερυθροδερμία έως τις μικρές τοπικές βλάβες του χρόνιου εκζέματος. Ερύθημα, οίδημα και εκδορές χαρακτηρίζουν την οξεία φάση, ενώ λειχηνοποίηση, απολέπιση, υπέρχρωση και ραγάδες αποτελούν τα κύρια γνωρίσματα των χρόνιων καταστάσεων. Οι βλάβες εντοπίζονται κυρίως στο πρόσωπο και την περιστοματική περιοχή στα παιδιά (4 – 10 ετών), ενώ καταλαμβάνουν τις εκτατικές επιφάνειες των αγκώνων και των γονάτων, το πρόσωπο, τον τράχηλο, το άνω μέρος του κορμιού και τα άνω άκρα στα νεαρά παιδιά και τους εφήβους (12 – 20 ετών). Υψηλά επίπεδα IgE έχουν διαπιστωθεί σε πολλές περιπτώσεις ατοπικής δερματίτιδας και πολλά τρόφιμα έχουν ενοχοποιηθεί ότι προκαλούν εξάρσεις των κλινικών εκδηλώσεων της νόσου με κυριότερους εκπροσώπους το γάλα, τα αυγά, τα ψάρια και τα φιστίκια (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Ερπητοειδής δερματίτιδα

Οι βλάβες (συμμετρικά, κνησμώδη, ερυθρηματώδη, βλατιδοφυσαλλιδώδη εξανθήματα) εντοπίζονται συχνότερα στους αγκώνες, τα γόνατα, τους ώμους, το τριχωτό της κεφαλής και τους γλουτούς. Στα βιοψικά δείγματα χαρακτηριστική είναι η παρουσία IgA και συμπληρώματος στη δερματοεπιδερμική συμβολή. Οι ασθενείς με ερπητοειδή δερματίτιδα ανάλογα με την κατανομή της IgA διακρίνονται σε δύο κατηγορίες. Στην πρώτη παρατηρούνται κοκκιώδεις εναποθέσεις και συνυπάρχει εντεροπάθεια λόγω ευαισθησίας στη

γλουτένη, ενώ στη δεύτερη οι εναποθέσεις είναι γραμμικές και η εντεροπάθεια απουσιάζει. Στη βιβλιογραφία αναφέρεται η περίπτωση ενός ασθενούς με ερπητοειδή δερματίτιδα, δυσσπορρόφηση και υπερευαισθησία στο γάλα. Η ελεύθερη γάλακτος και γλουτένης, δίαιτα είχε θεαματικά αποτελέσματα, ενώ η επανεισαγωγή του γάλακτος είχε ως αποτέλεσμα την έξαρση των δερματικών βλαβών (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

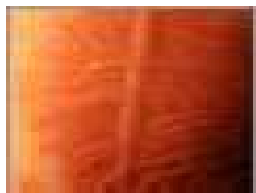


Αλλεργική ρινίτιδα και επιπεφυκίτιδα

Και οι δύο παθήσεις αποτελούν εκδηλώσεις υπερευαισθησίας τύπου I και οφείλονται στην απελευθέρωση μεσολαβητών και την τοπική διήθηση των οργάνων στόχων από ηωσινόφιλα. Η οξεία εγκατάσταση ρινοεπιπεφυκίτιδας μπορεί να αποτελεί εκδήλωση συστηματικής αναφυλαξίας προκαλούμενη από κάποιο αλλεργιογόνο, των τροφίμων συμπεριλαμβανομένων. Παρά ταύτα, η συχνότητα της ρινίτιδας και της επιπεφυκίτιδας που οφείλονται σε τρόφιμα παραμένει άγνωστη. Η τροφική υπερευαισθησία μπορεί να εκδηλώνεται ως χρόνια ρινική απόφραξη, κατάσταση που συχνότερα απαντά στα παιδιά παρά στους ενήλικους. Ρινική συμφόρηση, παροξυσμικοί παρμοί και επίμονη ρινόρροια έχουν παρατηρηθεί σε ποσοστό 10-30% των παιδιών τα συμπτώματα των οποίων απέδραμαν μετά την απομάκρυνση του γάλακτος από το διαιτολόγιό τους και επανεμφανίσθηκαν μετά την επανεισαγωγή του γάλακτος στην καθημερινή διατροφή τους. Μερικοί ερευνητές πιστεύουν ότι οι ασθενείς με ρινίτιδα και τεκμηριωμένη ευαισθησία σε μύκητες βελτιώνονται σημαντικά όταν ακολουθούν διαίτα ελεύθερη μυκήτων. Τέλος έχει παρατηρηθεί σε ασθενείς αλλεργικούς στη γύρη της σημύδας, ιδιαίτερη ευαισθησία στους ξηρούς καρπούς, τα εμπύρηνα φρούτα (μήλα, κεράσια, αχλάδια, ροδάκινα, δαμάσκηνα, κ.α.) και σε διάφορες ρίζες (σέλινο, γογγύλια, κ.α.) (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία)

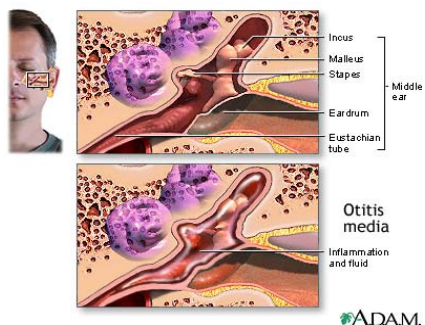
Ρινοεπιπεφυκίτις: Συμπτώματα, που προκαλούνται από ανοσολογική αντίδραση υπερευαισθησίας στην μύτη και τους επιπεφυκότες πρέπει να αναφέρονται σαν αλλεργική ρινοεπιπεφυκίτιδα. Οι περισσότερες των περιπτώσεων είναι IgE μεσολαβούμενες. Με βάση

την διάρκεια των συμπτωμάτων θεωρείται χρήσιμη η διάκριση σε διαλείπουσα και επίμονη αλλεργική ρινοεπιπεφυκίτιδα.



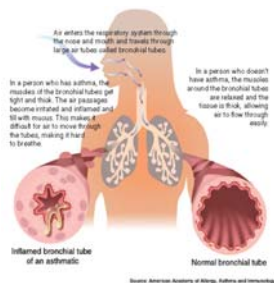
Έκζεμα

Αυτό που είναι γενικά γνωστό σαν «ατοπικό έκζεμα/δερματίτιδα» δεν αποτελεί μία ενιαία νόσο αλλά μάλλον, ένα σύνολο διαφόρων διαταραχών με συγκεκριμένα κοινά χαρακτηριστικά. Ένας πιο κατάλληλος όρος είναι: το σύνδρομο ατοπικού εκζέματος/δερματίτιδας (ΣΑΕΔ). Η υπο-ομάδα που σχετίζεται με το αλλεργικό άσθμα και την ρινοεπιπεφυκίτιδα μπορεί να αναφέρεται σαν IgE-σχετιζόμενο ΣΑΕΔ.



Ορώδης μέση ωτίτιδα

Στα νεαρά παιδιά η ορώδης μέση ωτίτιδα μπορεί να είναι ανώδυνη, ενώ τα μεγαλύτερα παιδιά συχνά παραπονιούνται για πόνο και βούλωμα των αυτιών τους. Η σημαντικότητα της εν λόγω παθήσεως έγκειται στο γεγονός ότι συχνά επιφέρει έως και απώλεια της ακοής. Η σχέση των αλλεργικών παθήσεων και της ωτίτιδας στα παιδιά είναι από παλαιά γνωστή και οφείλεται κατά κύριο λόγο στη μηχανική απόφραξη της ευσταχιανής σάλπιγγας. Παρά το γεγονός ότι σε ορισμένες περιπτώσεις έχει ενοχοποιηθεί το γάλα ως αίτιο πρόκλησης της μέσης ορώδους ωτίτιδας, η συσχέτιση αυτή αμφισβητείται από πολλούς (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Άσθμα (όπως ορίζεται από την GINA)

Το άσθμα είναι μια χρόνια φλεγμονώδης διαταραχή των αεραγωγών στην οποία συμμετέχουν πολλά είδη κυττάρων, ιδιαίτερα τα σιτευτικά, τα ηωσινόφιλα και τα Τ-λεμφοκύτταρα. Σε άτομα με προδιάθεση, αυτή η φλεγμονή προκαλεί υποτροπιάζοντα επεισόδια συρίτουσας αναπνοής, δύσπνοιας, αίσθημα βάρους ή περίσφιξης στο στήθος και βήχα, ιδιαίτερα την νύχτα ή νωρίς το πρωί. Αυτά τα συμπτώματα συνήθως συνδέονται με εκτεταμένη αλλά μεταβαλλόμενη στένωση των αεραγωγών η οποία αναστρέφεται, τουλάχιστον μερικώς, είτε αυτόματα είτε με θεραπεία. Η φλεγμονή επίσης προκαλεί αύξηση της αντιδραστικότητας των αεραγωγών σε διάφορα ερεθίσματα.

Αλλεργικό άσθμα

Είναι ο βασικός όρος για το άσθμα που οφείλεται σε ανοσολογικό μηχανισμό. Όταν καταδεικνύεται IgE-μηχανισμός συνιστάται η χρήση του όρου IgE-μεσολαβούμενο άσθμα. Τα IgE αντισώματα δυνατόν να προκαλέσουν τόσο άμεση όσο και επιβραδυνόμενη ασθματική αντίδραση. Εν τούτοις, όπως και σε άλλες αλλεργικές διαταραχές, η συμμετοχή των Τ-λεμφοκυττάρων φαίνεται να είναι σημαντική στις όψιμες και επιβραδυνόμενες αντιδράσεις. Ανάλογα με την διάρκεια των συμπτωμάτων το άσθμα μπορεί να αναφέρεται ως διαλείπον ή επίμονο.

Μη-Αλλεργικό άσθμα

Αυτός είναι ο προτιμώμενος όρος για τον τύπο του άσθματος, στον οποίο δεν καταδεικνύεται ανοσολογικός μηχανισμός. Συνιστάται να μην χρησιμοποιούνται πλέον οι παλαιοί όροι "εξωγενές", "ενδογενές" για την διάκριση μεταξύ της αλλεργικής και μη αλλεργικής υποομάδας άσθματος.

Το σύνδρομο Heiner χαρακτηρίζεται από χρόνια ή υποτροπιάζουσα πνευμονοπάθεια, χρόνια ρινίτιδα, απώλεια αίματος από τη γαστρεντερική οδό, σιδηροπενική αναιμία, περιορισμό της αναπτύξεως, ύπαρξη ιζηματινών στον ορό έναντι των πρωτεϊνών του αγελαδινού γάλακτος και υποτροπιάζουσα ή εμμένουσα ηωσινοφιλία. Ενίοτε συνυπάρχουν: αιμοσιδήρωση, πνευμονικός υποαερισμός και πνευμονική καρδιά λόγω απόφραξης των ανώτερων αεραγωγών, μέση ωτίτιδα, εκδηλώσεις ερυθηματώδους λύκου και αντισώματα κατά των πυρηνικών αντιγόνων. Περιστασιακά την κλινική συμπτωματολογία συνοδεύουν χρόνιος βήχας, υποτροπιάζων πυρετός, ταχύπνοια, συρίττουσα αναπνοή, ανορεξία, εμετοί, κωλικοί, διάρροια και αιμόπτυση. Η παθογένεση του συνδρόμου αυτού έχει συσχετισθεί με την εισρόφηση πρωτεϊνών αγελαδινού γάλακτος κατά τα πρώτα στάδια της ζωής του παιδιού. Στην περίπτωση αυτή ο οργανισμός αντιδρά με το σχηματισμό ανόσων συμπλεγμάτων (αντίδραση τύπου III) και με αντιδράσεις μεσολαβούμενες από κύτταρα (τύπου IV). Η απομάκρυνση του γάλακτος από το διαιτολόγιο του ασθενούς βελτιώνει, στις περισσότερες περιπτώσεις, την κλινική εικόνα του ασθενούς(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Γαστρεντερίτιδες αλλεργικής αιτιολογίας

Χαρακτηρίζονται κατά κύριο λόγο από εμετούς και διάρροια αλλά και από ναυτία, κοιλιακό άλγος και μετεωρισμό. Στα βρέφη, η δυσανεξία ορισμένων τροφών και ιδιαίτερα του γάλακτος, του ασπραδιού του αυγού, των ξηρών καρπών, των θαλασσινών και ορισμένων φρούτων είναι συχνή και συχνά εκλύεται μετά από κατανάλωση ελάχιστων ποσοτήτων των εν λόγω τροφών. Οι εν λόγω αντιδράσεις ενίοτε συνοδεύονται από θετικές δερματικές δοκιμασίες και RAST. Με την πάροδο της ηλικίας και εξ αιτίας της ταυτόσημης ωρίμανσης των ενζυμικών και ανοσολογικών συστημάτων, το παιδί ανέχεται τις διάφορες τροφές στις οποίες είχε επιδείξει ευαισθησία κατά το παρελθόν ακόμη και όταν τα σχετικά αντισώματα είναι παρόντα για αρκετό χρονικό διάστημα(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Ηωσινοφιλική γαστρεντερίτιδα

Η ηωσινοφιλική γαστρεντερίτιδα είναι μια φλεγμονή του στομάχου και του εντέρου χαρακτηριζόμενη από περιφερική ηωσινοφιλία και εντοπισμένη ή διάχυτη ηωσινοφιλική διήθηση του εντέρου. Η τελευταία αφορά τη βλεννογόνο, τη μυϊκή ή την ορογόνο στιβάδα.

Στην πρώτη περίπτωση η νόσος εκδηλώνεται με ναυτία, εμέτους, διάρροια και περιοδικά κοιλιακά άλγη, αναιμία και υποπρωτεϊναιμία. Όταν η διήθηση εντοπίζεται κατά κύριο λόγο στη μυϊκή στιβάδα, προεξάρχει η συμπτωματολογία διαλείπουσας πυλωρικής ή μερικής απόφραξης της νήστιδος ή του ειλεού. Η κύρια συμμετοχή της ορογόνου στιβάδας είναι σπάνια και χαρακτηρίζεται από τη δημιουργία ηωσινοφιλικού ασκίτου. Ο επιπολασμός της νόσου είναι ιδιαίτερα μεγάλος κατά την 6^η δεκαετία των ασθενών. Οι ασθενείς με ηωσινοφιλική γαστρεντερίτιδα συχνά πάσχουν και από κάποια άλλη αλλεργική πάθηση όπως άσθμα ή αγγειοοίδημα και μπορεί να εμφανίζουν πολλές θεματικές δερματικές δοκιμασίες. Η εφαρμογή ειδικών διαιτολογίων στους εν λόγω ασθενείς μπορεί να βοηθήσει σημαντικά στην ύφεση ή ακόμη και την αποδρομή του προβλήματος. Τρόφιμα που έχουν ενοχοποιηθεί για τη συγκεκριμένη πάθηση είναι τα αυγά, το μοσχαρίσιο κρέας, η σόγια, κ.α. Η διαφορική διάγνωση της νόσου περιλαμβάνει τη μακροσφαιριναιμία του Waldenstrom, την λαμβλίαση, την αμυλοείδωση, διάφορες ανοσοανεπάρκειες, και το λεμφοσάρκωμα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Αιμορραγία από τη γαστρεντερική οδό

Δύο μορφές αιμορραγίας από τη γαστρεντερική οδό – η μαζική και η λανθάνουσα – έχουν αποδοθεί σε αλλεργία στο αγελαδινό γάλα. Η πρώτη παρατηρείται κυρίως σε βρέφη και χαρακτηρίζεται από την ανάμιξη νωπού αίματος στα κόπρανα τα οποία πολλές φορές είναι χαλαρά και περιέχουν μεγάλες ποσότητες βλέννας. Η αποφυγή του γάλακτος έχει ως αποτέλεσμα τη βελτίωση του μικρού ασθενούς εντός ολίγων ημερών, ενώ οι περισσότεροι ασθενείς μπορούν να ανεχθούν το γάλα μέσα σε λίγους μήνες. Η λανθάνουσα αιμορραγία είναι συχνότερη και παρατηρείται συνήθως σε μεγαλύτερα βρέφη. Μπορεί να παραμείνει αδιάγνωστη για μεγάλο χρονικό διάστημα και να επιφέρει σημαντική αναιμία. Έχει διαπιστωθεί σε ποσοστό 40% των βρεφών με σιδηροπενική αναιμία και έχει συνδεθεί με την παρουσία πολλαπλών αντισωμάτων κατά των πρωτεϊνών του αγελαδινού γάλακτος. Η ποσότητα του αίματος μπορεί να φθάσει ακόμη και τα 10 ml ημερησίως και ποικίλλει ανάλογα με την καταναλισκόμενη ποσότητα γάλακτος. Μετά την αρχική αποφυγή του γάλακτος (1-2 χρόνια) οι περισσότεροι ασθενείς ανέχονται ικανοποιητικά το γάλα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

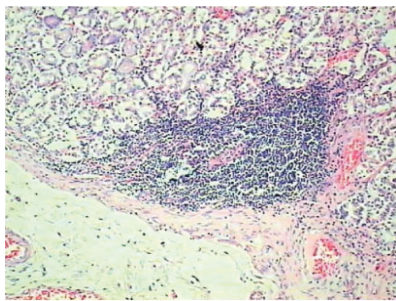
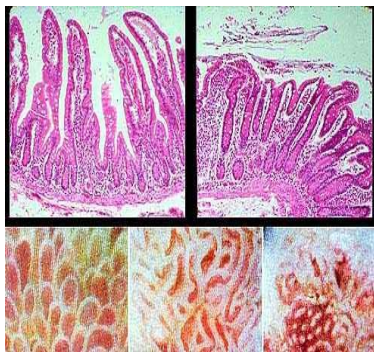


Figure 2 - Histological study of gastrointestinal tract. Note an abundant eosinophilic infiltration of the mucosa layer and the presence of lymphocytes in the colon. These findings are consistent with eosinophilic gastroenteritis (HE - 200x)

Εντεροπάθεια με απώλεια πρωτεϊνών

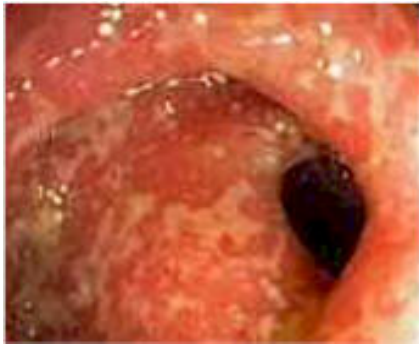
Η συνηθέστερη αιτία της δυσαπορρόφησης των πρωτεϊνών είναι η ανεπάρκεια του παγκρέατος. Παρά ταύτα, ορισμένοι ασθενείς ανταποκρίθηκαν θετικά στην απομάκρυνση του γάλακτος από το διαιτολόγιό τους, ενώ έχουν αναφερθεί και περιστατικά με έλλειψη σιδήρου και διάρροια που αποδόθηκαν σε ανεπιθύμητες αντιδράσεις στο παστεριωμένο γάλα. Έχει επίσης περιγραφεί ένα σύνδρομο που χαρακτηρίζεται από οίδημα, υποπρωτεϊναιμία, ηωσινοφιλία και αναιμία. Η εντεροπάθεια με απώλεια πρωτεϊνών, που συχνά εγγίζει το 60% του συνόλου των λευκωματινών, συνοδεύεται από υπέρμετρη απώλεια λίπους στα κόπρανα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Κοιλιοκάκη

Το σύνδρομο χαρακτηρίζεται από ατροφία των λαχνών, υπερτροφία των κρυπών των αδένων και διήθηση του χορίου από πλασματοκύτταρα, λεμφοκύτταρα και ηωσινόφιλα. Κλινικά προεξάρχει η συμπτωματολογία που οφείλεται στην υπάρχουσα δυσαπορρόφηση. Συχνά ευρήματα αποτελούν η απώλεια βάρους, η αναιμία, η μυϊκή ατροφία, η οστεομαλακία και η οστεοπόρωση, η υποπρωτεϊναιμία και οι εκδηλώσεις της έλλειψης της βιταμίνης B12 ή άλλων βιταμινών. Οι βλάβες οφείλονται στην τοξική επίδραση της άπεπτης γλιαδίνης στα επιθηλιακά κύτταρα του λεπτού εντέρου. Η αντίδραση είναι μάλλον ανοσολογικής φύσεως και μπορεί να μεσολαβείται από κύτταρα. Σε ορισμένους ασθενείς τα επίπεδα των C3 και C4

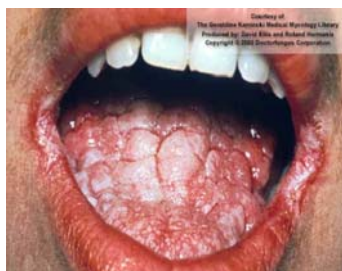
είναι ελαττωμένα, ενώ συνήθως τα επίπεδα της IgM στον ορό είναι χαμηλά και εκείνα της IgA υψηλά. Παρά το γεγονός ότι έχουν αναφερθεί περιπτώσεις ασθενών με υψηλά επίπεδα της IgE, τα επίπεδα της τελευταίας είναι κατά κανόνα εντός φυσιολογικών ορίων. Συνήθως επίσης είναι η παρουσία κυκλοφορούντων αντισωμάτων έναντι της γλιαδίνης αλλά και άλλων τροφικών πρωτεϊνών, ιδίως δε του αγελαδινού γάλακτος. Τα αντισώματα αυτά είναι κατά κύριο λόγο IgG και IgA, γεγονός που υποδηλώνει τον πιθανό ρόλο των αντιδράσεων υπερευαισθησίας τύπου III στην παθογένεση της νόσου. Οι Falchuk και συν. Ανακοίνωσαν ότι στους ασθενείς με κοιλιοκάκη, ο απλότυπος HLA – 8, DR3, ήταν παρών σε ποσοστό 88%. Η θεραπεία της νόσου έγκειται στη διά βίου αποφυγή της κατανάλωσης όλων των προϊόντων που περιέχουν σιτάρι, σίκαλη και κριθάρι, ενώ η βρόμη είναι καλώς ανεκτή από τους περισσότερους ασθενείς (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Ελκώδης κολίτιδα

Η αιτιολογία της νόσου παραμένει άγνωστη και ο ρόλος των τροφίμων εξακολουθεί να είναι αμφισβητούμενος. Τα επίπεδα των ανοσοσφαιρινών A, M και G είναι φυσιολογικά ή ελαφρώς αυξημένα, ενώ εκείνα της IgE είναι συνήθως εντός φυσιολογικών ορίων. Το συμπλήρωμα είναι φυσιολογικό, ενώ περιστασιακά το κλάσμα C3 και ο παράγοντας B είναι αυξημένα σε ασθενείς με σοβαρά συμπτώματα. Σε ποσοστό 20-40% των ασθενών έχουν παρατηρηθεί άνοσα συμπλέγματα χωρίς όμως η παρουσία τους να συσχετισθεί με τη βαρύτητα της νόσου. Η συμμετοχή διαφόρων τροφίμων (π.χ. του γάλακτος) πιθανολογείται με βάση την παρατήρηση ότι ο αποκλεισμός ορισμένων τροφίμων από το διαιτολόγιο του ασθενούς είχε ως αποτέλεσμα την ύφεση της νόσου. Στις κολίτιδες της βρεφικής ηλικίας συμπεριλαμβάνεται και η αλλεργική κολίτιδα τροφικής αιτιολογίας (food allergic colitis) που παρατηρείται σε παιδιά με θετικό ατομικό ή οικογενειακό ιστορικό ατοπίας, εγκαθίσταται αμέσως μετά την εισαγωγή των διαφόρων τροφών στο διαιτολόγιο του παιδιού που χαρακτηρίζεται από περιφερική ηωσινοφιλία, υψηλά επίπεδα IgE και θετικά IgE αντισώματα έναντι του γάλακτος, κατά κύριο λόγο, αλλά και κατά του μοσχαρίσιου κρέατος και της σόγιας. Η εξέταση βιοπτικού υλικού αποκαλύπτει αξιοσημείωτη αύξηση των ηωσινοφίλων

και των κυττάρων που περιέχουν IgE στο χόριο. Η σχετική δίαιτα αποκλεισμού έχει ως αποτέλεσμα την πλήρη εξαφάνιση των συμπτωμάτων (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Στοματικός και φαρυγγικός κνησμός

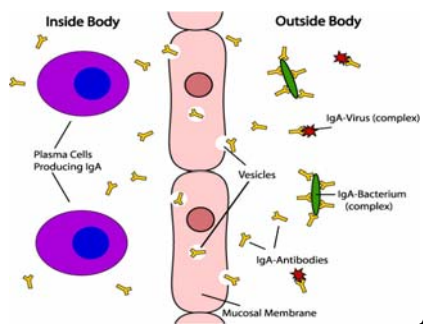
Οι ασθενείς με αναπνευστικές αλλεργίες ενίοτε περιγράφουν συμπτώματα στοματικού και / ή φαρυγγικού κνησμού μετά την κατανάλωση συγκεκριμένων τροφίμων. Έτσι οι ασθενείς με ευαισθησία στο ζιζάνιο Αμβροσία (ragweed) εμφανίζουν ιδιαίτερη ευαισθησία στο πεπόνι και τις μπανάνες, η αλλεργία στη γύρη της σημύδας ενίοτε συνοδεύεται και από υπερευαισθησία στα καρότα, τα μήλα, τις πατάτες και τα φουντούκια και η οφειλόμενη στη γύρη των αγρωστωδών, στα δημητριακά (cereals) (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Περιστοματικό και περιπρωκτικό εξάνθημα

Τυπικά περιστοματική ερυθρότητα παρατηρείται μετά την κατανάλωση ντομάτας, φρούτων (ιδίως εσπεριδοειδών) και / ή αναψυκτικών, ενώ οι περιπρωτικές βλάβες συχνά συνοδεύονται από διάρροια προκαλούμενη από διάφορα φρούτα και παρατηρούνται σε βρέφη και νεαρά παιδιά που φέρουν πάνες (diaper rash). Οι βλάβες αυτές σπάνια προκαλούνται με τη μεσολάβηση της IgE (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

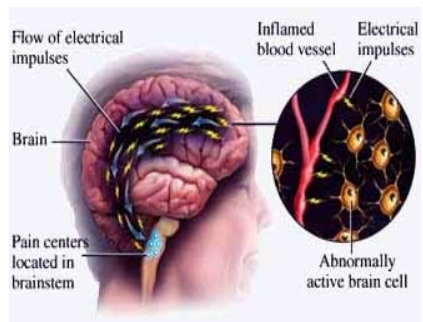
Κολικοί

Τα βρέφη ηλικίας μικρότερης των 3 μηνών συχνά εμφανίζουν κολικούς αμέσως μετά τα γεύματα και οι οποίοι υφίστανται μετά την αφοόρευση ή την απομάκρυνση των αερίων από το έντερο του παιδιού. Διάφοροι τροφικοί παράγοντες και ιδιαίτερα το γάλα έχουν ενοχοποιηθεί για την πρόκληση των συμπτωμάτων και μάλιστα σε ποσοστό 12-29% ορισμένων σειρών ασθενών. Όμως οι κολικοί συμβαίνουν και σε βρέφη που θηλάζουν γεγονός που κατευθύνει και προς τη δια του θηλασμού δίοδο των τροφικών αντιγόνων από τη μητέρα στο παιδί (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Ανεπάρκεια ανοσοσφαιρίνης Α (IgA)

Οι ασθενείς με ανεπάρκεια της IgA είτε είναι συμπτωματικοί είτε εμφανίζουν συχνές λοιμώξεις των πνευμόνων και παραρινοκολπίτιδες, γαστρεντερικές παθήσεις και άλλα νοσήματα. Η συχνότητα της νόσου είναι περίπου 1/800 γεννήσεις (ΗΠΑ) και είναι ιδιαίτερα αυξημένη στα αποπικά παιδιά. Ορισμένοι ερευνητές αναφέρουν την ύπαρξη σχέσεως μεταξύ της ανεπάρκειας IgA και της ανάπτυξης τροφικής αλλεργίας. Ορισμένοι ασθενείς με την εν λόγω πάθηση αναπτύσσουν κυκλοφορούντα αντισώματα κατά των πρωτεϊνών του αγελαδινού γάλακτος στον ορό, ενώ έχουν παρατηρηθεί και άνοσα συμπλέγματα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



Ημικρανία

Η συχνότητα της ημικρανίας εκτιμάται σε 5 – 20% του γενικού πληθυσμού, ενώ στις ΗΠΑ τουλάχιστον 10% των Αμερικανών υποφέρουν από ημικρανίες. Η συσχέτιση του εκτεταμένου αυτού προβλήματος με την κατανάλωση ορισμένων τροφίμων αρχίζει από τη δεκαετία του 1930, όταν και ανακοινώθηκαν οι πρώτες σειρές ασθενών, στους οποίους η απομάκρυνση ορισμένων τροφών από το διαιτολόγιό τους είχε ως αποτέλεσμα την ύφεση, και σε ορισμένες περιπτώσεις την πλήρη αποδρομή των συμπτωμάτων τους. Έκτοτε και στις εργασίες που ακολούθησαν αποδείχθηκε η συμμετοχή διαφόρων τροφίμων, όπως του σιταριού, των πορτοκαλιών, του αυγού, της σοκολάτας, των ξηρών καρπών, των αλκοολούχων ποτών και του γάλακτος στην πρόκληση της ημικρανίας. Η παθοφυσιολογία της ημικρανίας υπό το πρίσμα της τροφικής αλλεργίας δεν έχει απόλυτα διευκρινισθεί. Ίσως οι μεσολαβητές (ισταμίνη, PAF, σεροτονίνη, κ.α.) που απελευθερώνονται κατά την

αποκοκκίωση των μαστοκυττάρων, να διαδραματίζουν κάποιο σημαντικό ρόλο στην παθογένεια της αγγειοσύσπασης και αγγειοδιαστολής που συμβαίνει τις ημικρανίες. Έχει επίσης διατυπωθεί η άποψη ότι η μη ειδική αγγειακή υπεραντιδραστικότητα στις ημικρανίες είναι αντίστοιχη με τη βρογχική υπεραντιδραστικότητα του βρογχικού άσθματος, ενώ πιθανολογείται και η συμμετοχή όψιμων (late phase) αντιδράσεων σε αλλεργιογόνα τροφών στην πρόκληση των ημικρανιών (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Ψυχιατρικά νοσήματα

Οι τροφές έχει αναφερθεί ότι επιδρούν στη συμπεριφορά είτε μεταβάλλοντας τα επίπεδα των νευροδιαβιβαστικών ουσιών στο ΚΝΣ είτε με απευθείας δράση των φαρμακολογικών ουσιών που περιέχονται σε αυτές. Ψυχιατρικά νοσήματα στα οποία η τροφική αλλεργία πιθανολογείται ότι έχει κάποια συμμετοχή είναι η σχιζοφρένεια (κατανάλωση σίτου), η κατάθλιψη (αυξημένη επίπτωση ατοπίας), οι διάφορες σωματόμορφες διαταραχές (διαταραχές σωματοποίησης, σύνδρομο αλλεργικής έντασης – κόπωσης, νοσήματα μετατροπή, υποχονδριακές διαταραχές), οι διαταραχές πανικού, η γενικευμένη αγχώδης αντίδραση και οι διαταραχές με ελαττωμένη προσοχή στα παιδιά (φυσικά σαλικυλικά, χρωστικές, ζάχαρη) (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Αγγειίτιδα

Ορισμένες μορφές αγγειίτιδας έχουν συσχετισθεί κλινικά με την κατανάλωση ορισμένων τροφών, ο αποκλεισμός των οποίων από το διαιτολόγιο των ασθενών επιφέρει θεαματική βελτίωση των συμπτωμάτων τους (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία). Τα συχνότερα ενοχοποιούμενα τρόφιμα είναι τα αυγά, το γάλα, η σοκολάτα, το σιτάρι και τα κουκιά. Ο Jeansen αναφέρει δύο περιπτώσεις πορφύρας Schonlein – Henoch όπου διαπιστώθηκε η ιδιαίτερη ευαισθησία των ασθενών στα ψάρια και τις γαρίδες, ενώ έχει ανακοινωθεί παρόμοιο περιστατικό με ευαισθησία στο καβούρι (Jensen B. Schonlein, Robinson BWS)

Σύνδρομο αιφνιδίου βρεφικού θανάτου

Παρά το γεγονός ότι το σύνδρομο του αιφνιδίου βρεφικού θανάτου είναι επί του παρόντος αγνώστου αιτιολογίας, έχει προταθεί η άποψη ότι είναι δυνατόν να οφείλεται σε συστηματική αναφυλακτική αντίδραση μετά εισρόφιση αγελαδινού γάλακτος κατά τη διάρκεια του ύπνου (και τούτο γιατί στον ορό των παιδιών που πέθαναν ξαφνικά διαπιστώθηκαν υψηλοί τίτλοι αντισωμάτων έναντι των πρωτεϊνών του γάλακτος και σε σύγκριση με τα επίπεδα που παρατηρούνται στα φυσιολογικά παιδιά (Crayton JW). Η ορθότητα της υποθέσεως αμφισβητείται και τελεί υπό διερεύνηση (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Θρομβοκυτταροπενία

Η ανασκόπηση 433 ασθενών με θρομβοκυτταροπενία αποκάλυψε ότι σε ποσοστό 0,7% των ασθενών ήταν πιθανός ο συσχετισμός των συμπτωμάτων με κάποια μορφή τροφικής αλλεργίας (Cohn J). Ο Johansson αναφέρει την περίπτωση 3 ασθενών με θετικές δερματικές δοκιμασίες στα φουντούκια και τα καρότα και οι οποίοι μετά την κατανάλωση των εν λόγω τροφών παρουσίαζαν ελάττωση του αριθμού των αιμοπεταλίων τους κατά 50% (Johansson SA, Lundberg A, Sjoberg HE). Τέλος έχει αναφερθεί η συμμετοχή του γάλακτος στη μεγάλη μείωση του αριθμού των αιμοπεταλίων σε περιπτώσεις βρεφών που πάσχουν από θρομβοκυτταροπενία και στα οποία απουσιάζει η κερκίδα (thrombocytopenia with absent radius syndrome Hall JG, Levin J, Kuhn JP).

Ενούρηση

Η θεώρηση της ενούρησης από αλλεργιολογικής πλευράς βασίζεται στην υπόθεση ότι οι λείοι μύες της κύστεως αποτελούν στόχους τροφικών αλλεργικών αντιδράσεων που επιφέρουν σπασμό της κύστεως, ανάλογου του αλλεργικής αιτιολογίας βρογχοσπασμού και ελαττώνουν τη χωρητικότητά της, με αποτέλεσμα την εγκατάσταση ενουρήσεως μετά την ηλικία των 5 ετών (Breneman JC).

Σύνδρομο ευερέθιστου εντέρου

Πρόσφατες μελέτες αναφέρονται στο ρόλο συγκεκριμένων τροφίμων (αυγά, σιτάρι, μπανάνα, γάλα, σοκολάτα, μπιζέλια) στην πρόκληση της συμπτωματολογίας του ευερέθιστου εντέρου και σε ποσοστό έως 48% (LessofoMI-I, Wraith DG, Merrett TG, Merrett J, Nuisseret PD, Farah DA, Calder I, Benson I, MacKenzie JF). Παρά ταύτα η συμμετοχή του τροφίμου στην εν λόγω πάθηση δεν είναι επαρκώς τεκμηριωμένη και παραμένει αντιφατική (Smith MA, Youngs GR, Barnes RMR, Finn R).



Αναφυλαξία

Η αναφυλαξία που προκαλείται με τη μεσολάβηση της IgE μπορεί να εκδηλωθεί από όλα σχεδόν τα οργανικά συστήματα, ενώ κατά κύριο λόγο προσβάλλονται το δέρμα, η γαστρεντερική οδός, η αναπνευστική οδός και το καρδιαγγειακό σύστημα. Συχνά οι αρχικές εκδηλώσεις της αναφυλαξίας συνίσταται σε κνησμό, ερύθημα του δέρματος που συνοδεύεται από αίσθηση αυξημένης θερμότητας και το οποίο εξελίσσεται σε γενικευμένη κνίδωση και αγγειοοίδημα. Στα συμπτώματα αυτά ενίοτε προστίθενται πταρμοί, επιπεφυκίτιδα, αίσθημα ανησυχίας, έντονα κοιλιακά άλγη και συσπάσεις της μήτρας, εμετοί και /διάρροια που μπορεί να είναι αιματηρή, βρογχόσπασμος και / ή λαρυγγόσπασμος, αρρυθμίες και αναφυλακτικό shock που μπορεί να επιφέρει ακόμη και το θάνατο του ασθενούς. Παρά το γεγονός ότι τα τρόφιμα συχνά ενοχοποιούνται ως αίτια συστηματικής αναφυλαξίας, δεν υπάρχουν πραγματικά δεδομένα όσον αφορά τη συχνότητα της θανατηφόρου κατάληξης ή μη των αναφυλακτικών εκδηλώσεων που επέρχονται μετά την κατανάλωση συγκεκριμένων τροφίμων(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία). Τα τρόφιμα τα οποία συχνότερα εμπλέκονται σε αναφυλακτικές αντιδράσεις είναι τα φιστίκια, οι ξηροί καρποί, τα θαλασσινά και τα αυγά, ενώ έχει τεκμηριωθεί η συμμετοχή του γάλακτος, της σοκολάτας, των δημητριακών, των εσπεριδοειδών, του πεπονιού, της μπανάνας, της ντομάτας, του

σπανακιού, της πατάτας και της σόγιας στην εκδήλωση της αναφυλαξίας(Atkins FM, Steinberg SS, Metcaife DD). Επεισόδια αναφυλαξίας έχουν αναφερθεί σε περιπτώσεις ασθενών ευαίσθητων στο αυγό που υπέστησαν εμβολιασμό με σκεύασμα MMR (meale – mumps-rubella) (Herman JJ, Radin R, Schneidennan R), σε περιπτώσεις που μετά την κατανάλωση τροφής (γαρίδες – σέλινο) ακολούθησε σωματική άσκηση(Kidd JM, Cohen SH, Sosman AJ, Fink JN), και μετά από λήψη του πρωτεολυτικού ένζυμου παπαίνη ή του φαρμάκου χυμοπαπαίνη(Mansfield LE, Bowers CH).

Παρά το γεγονός ότι ορισμένες συστηματικές αντιδράσεις μιμούνται την αναφυλαξία, οι εργαστηριακές εξετάσεις και δοκιμασίες αδυνατούν να αποδείξουν τη συμμετοχή ανοσιακού μηχανισμού. Οι αντιδράσεις αυτές χαρακτηρίζονται ως «αναφυλακτοειδείς» και μπορεί να οφείλονται σε δευτερογενή απελευθέρωση χημικών μεσολαβητών. Η κατανάλωση ψαριών (τόνος, σκουμπρί) ή τυριών με μεγάλη περιεκτικότητα σε ισταμίνη, η μόλυνση των ψαριών με *Proteus morganii* ή *Klebsiella pneumoniae* που επιδρούν στην ιστιδίνη εκλύοντας ισταμίνη, ή η φύλαξη ψαριών εκτός ψυγείου, μπορεί να προκαλέσουν άμεσες αναφυλακτοειδείς αντιδράσεις μετά το γεύμα που διαρκούν έως και 24 ώρες. Τέλος οι διάφορες ανεπιθύμητες αντιδράσεις σε τρόφιμα μπορεί να οφείλονται σε δηλητηρίαση από φυσικούς τοξικούς παράγοντες, σε δηλητηρίαση από τροφές που είχαν επιμολυνθεί από μικροοργανισμούς ή παράσιτα, σε φυσικούς φαρμακολογικούς παράγοντες που περιέχονται στα τρόφιμα και σε μεταβολικές αντιδράσεις που μπορεί να επιφέρει η κατανάλωση των διαφόρων τροφίμων(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.7 ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΙΚΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ

Τρία στοιχεία βασίζουν την εκτίμηση ασθενούς με πιθανή τροφική αλλεργία:

1. Η αξιολόγηση της κλινικής εικόνας
2. Ο χαρακτηρισμός των τροφών που προκαλούν τα συμπτώματα
3. Ο μηχανισμός εκδήλωσης μέσω του ανοσοποιητικού συστήματος

Η διευκρίνιση των ανωτέρω γίνεται με (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία):

1. Λήψη λεπτομερούς κλινικού ιστορικού
2. Φυσική εξέταση
3. Εργαστηριακό έλεγχο
4. Έλεγχο για τροφική αλλεργία
5. Επιβεβαίωση τροφικής υπερευαισθησίας

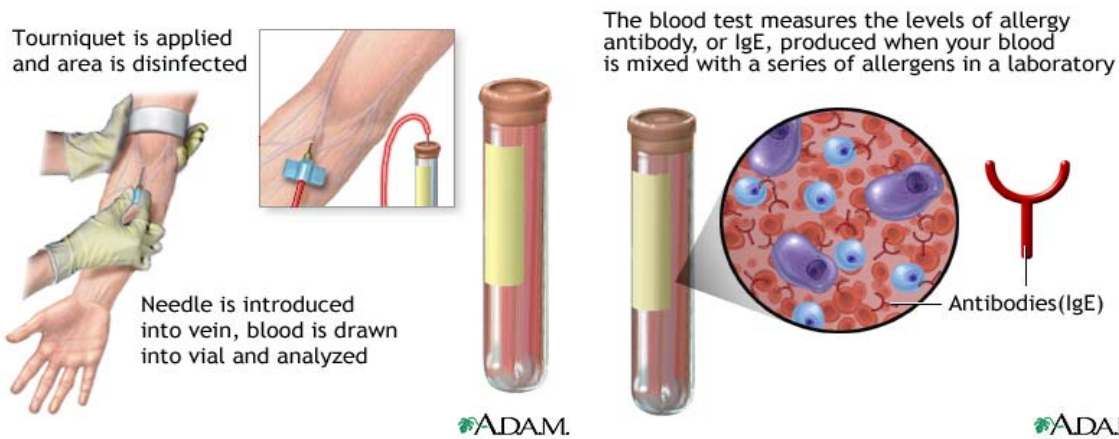
Κλινικό ιστορικό

Η λήψη λεπτομερούς κλινικού ιστορικού είναι απαραίτητη για τη διάγνωση με ιδιαίτερη έμφαση στις αντιδράσεις εκείνες που υποτίθεται ότι προκαλούνται μετά την κατανάλωση διαφόρων τροφών. Η σύγχρονη παρουσία και άλλων ατοπικών παθήσεων όπως άσθματος, ρινίτιδας ή ατοπικής δερματίτιδας, αλλά και η ύπαρξη σχετικού θετικού οικογενειακού ιστορικού αυξάνει την πιθανότητα οι εκδηλώσεις να οφείλονται κατά κύριο λόγο σε αλλεργικούς παρά σε άλλους μηχανισμούς. Ερωτήματα όπως το είδος και η συχνότητα των αντιδράσεων, ο χρόνος εμφάνισής τους σε σχέση με την κατανάλωση της τροφής, ο τρόπος παρασκευής του φαγητού, η ποσότητα του φαγητού που συνήθως καταναλώνεται, οι συνδυασμοί των τροφών, η κατάσταση των τροφίμων, η ταυτόχρονη λήψη φαρμάκων – όπως αντισταμινικών, το ιστορικό βρεφικής διατροφής ή εκείνο της μητέρας κατά τη γαλουχία, δίνουν τις απαραίτητες πληροφορίες προκειμένου να κατευθυνθεί ο ιατρός προς την ορθή διάγνωση και να επικεντρώσει το ενδιαφέρον του στα περισσότερα πιθανά τροφικά αντιγόνα ή σε άλλες ουσίες. Τα αντιγόνα των τροφών είναι γλυκοπρωτεΐνες με μοριακό βάρος από 20.000 έως 40.000 D, ανθεκτικά στα ένζυμα και τη θερμότητα και μπορούν περιστασιακά να τροποποιηθούν κατά τη διαδικασία παρασκευής των τροφών. Τα αυγά, το γάλα, οι ξηροί καρποί, τα φιστίκια, τα ψάρια, τα οστρακοειδή και τα θαλασσινά είναι τα τρόφιμα εκείνα που συχνότερα εμπλέκονται σε εκδηλώσεις τροφικής αλλεργίας. Ενίοτε οι τροφές επιμολύνονται από μεγάλο αριθμό άλλων ουσιών που προκαλούν αντιδράσεις που

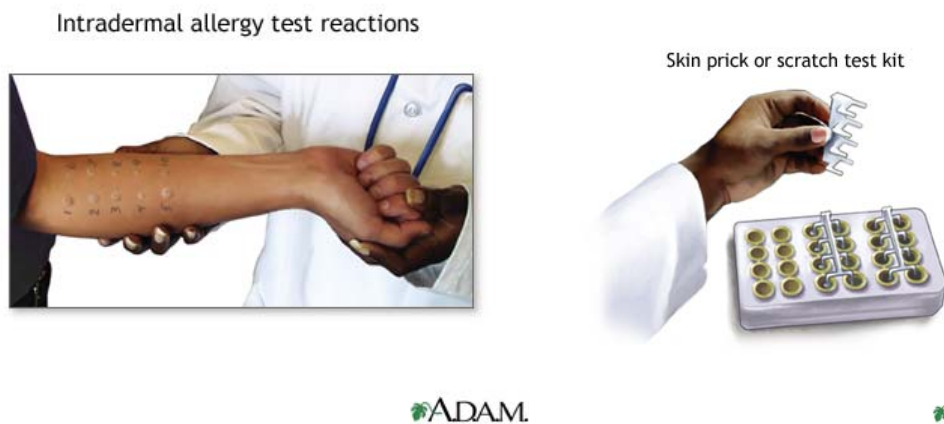
συχνά συγχέονται με εκείνες της τροφικής αλλεργίας. Έτσι το γάλα μπορεί να μολυνθεί, παρά τους ισχύοντες κανονισμούς, από φάρμακα όπως η μπακιτρακίνη, η πενικιλλίνη ή οι τετρακυκλίνες που χορηγούνται στα παραγωγικά ζώα για την αντιμετώπιση διαφόρων παθήσεων. Η κίτρινη χρωστική, ταρτραζίνη (E 102) μπορεί να προκαλέσει αντιδράσεις υπερευαισθησίας χωρίς την μεσολάβηση της ανοσοσφαιρίνης E, σε άτομα που είναι ευαίσθητα στην ασπρίνη. Το γλουταμινικό μονονάτριο, σε επαρκείς ποσότητες μπορεί να προκαλέσει το λεγόμενο «Σύνδρομο των Κινέζικων Εστιατορίων» που χαρακτηρίζεται από γενικευμένο αίσθημα καύσου, ερυθρότητα στο πρόσωπο και τον κορμό και σφύζουσα κεφαλαλγία, περίπου 20 λεπτά μετά το γεύμα. Μεταθειώδη άλατα χρησιμοποιούνται σε ευρεία έκταση για τη συντήρηση των αποξηραμένων φρούτων, των κατεψυγμένων θαλασσινών, ψαριών και κρεάτων και των νωπών λαχανικών, ενώ απαντούν στο κρασί, τη μπίρα και τα μεξικάνικα φαγητά και μπορούν να προκαλέσουν ακόμη και ασθματικές κρίσεις σε ευαίσθητα άτομα. Τα βακτηρίδια και οι τοξίνες τους, προκαλούν συμπτώματα από τη γαστρεντερική οδό αλλά και συστηματικές εκδηλώσεις, ενώ συχνά πραγματικά τροφικές αλλεργίες συγχέονται με τροφικές δηλητηριάσεις. Για παράδειγμα, η κατανάλωση ψαριών που περιέχουν μεγάλες ποσότητες ισταμίνης προκαλούν κλινική εικόνα που προσομοιάζει με εκείνη της τροφικής αλλεργίας. Οι ενδογενείς ιδιότητες ορισμένων τροφίμων δημιουργούν προβλήματα παρόμοια με εκείνα της τροφικής αλλεργίας. Η σόγια, τα ξηρά δαμάσκηνα και τα κρεμμύδια προκαλούν γαστρεντερικά συμπτώματα δρώντας είτε ερεθιστικά είτε φαρμακευτικά. Οι μπανάνες, οι ντομάτες, τα αβοκάντο, τα διάφορα τυριά, ο ανανάς και τα κρασιά περιέχουν σε άλλοτε άλλη ποσότητα αγγειοδραστικές αμίνες όπως αδρεναλίνη, νορεπινεφρίνη, τυραμίνη, ντοπαμίνη, ισταμίνη και σεροτονίνη (5 – υδροξυτρυπταμίνη). Τέλος, δεν θα πρέπει ποτέ να ξεχνάμε τη φυσική εξέταση του ασθενούς, ακόμη και όταν δεν υπάρχουν συγκεκριμένα συμπτώματα ή σημεία προκειμένου να διευκρινίσουμε τη φύση των εκδηλώσεων και την πιθανή συσχέτισή τους με μη αλλεργικές παθήσεις (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Εργαστηριακός έλεγχος

Στη διάθεση του θεράποντος ιατρού υπάρχουν *in vivo* και *in vitro* ειδικές και μη ειδικές διαγνωστικές δοκιμασίες με τη βοήθεια των οποίων τεκμηριώνονται ή αποκλείεται η αρχική κλινική διάγνωση.



Στο μη ειδικό εργαστηριακό έλεγχο περιλαμβάνονται: γενική αίματος με ταχύτητα καθιζήσεως και λευκοκυτταρικό τύπο προκειμένου να πιστοποιηθεί η αυξημένη παρουσία ηωσινοφίλων στο περιφερικό αίμα, εξέταση του pH και του περιεχομένου των κοπράνων και η παρουσία ή μη αίματος, βλέννας ή παρασίτων σε αυτά, εξέταση ούρων, ακτινολογικός και ανοσολογικός έλεγχος.



Στις ειδικές εξετάσεις περιλαμβάνονται δοκιμασίες που έχουν ως σκοπό την ανίχνευση IgE αντισωμάτων κατά των διαφόρων τροφικών αντιγόνων με την χρησιμοποίηση υδατοδιαλυτών εκχυλισμάτων, τα οποία είναι ελάχιστα τυποποιημένα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Αναλυτικότερα: Οι δερματικές δοκιμασίες δια νυγμού με εκχυλίσματα τροφίμων βοηθούν στην τεκμηρίωση της ύπαρξης IgE αντισωμάτων, ενώ οι αντίστοιχες ενδοδερμικές καλό είναι να αποφεύγονται επειδή ενέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο πρόκλησης συστηματικών αντιδράσεων αλλά και τοπικών μη ειδικών ερεθιστικών αντιδράσεων. Όμως οι τελευταίες, είναι μάλλον επιβεβλημένες σε περιπτώσεις που, παρά το γεγονός ότι οι δερματικές δοκιμασίες είναι αρνητικές, υπάρχει από το ιστορικό του ασθενούς, η υποψία ότι ενέχονται στην πρόκληση των συμπτωμάτων. Ορισμένα άτομα εμφανίζουν θετικές τις δερματικές δοκιμασίες χωρίς να εμφανίζουν κλινική συμπτωματολογία τροφικής αλλεργίας, ενώ οι

αλλεργικές αντιδράσεις σε τρόφιμα είναι ασυνήθεις σε άτομα με αρνητικές δερματικές δοκιμασίες. Παρά ταύτα, δεν συνιστάται να υποδεικνύεται στους ασθενείς η αποφυγή συγκεκριμένων τροφίμων με μόνο κριτήριο τα θετικά αποτελέσματα των δερματικών δοκιμασιών. Εξ αιτίας του κινδύνου πρόκλησης αναφυλαξίας, οι δοκιμασίες με τροφικά εκχυλίσματα θα πρέπει να γίνονται από ειδικό και έμπειρο γιατρό. Παρά το γεγονός ότι η πλάτη προσφέρεται ιδιαίτερα για τις εν λόγω δοκιμασίες προτιμάται η ραχιαία επιφάνεια του αντιβραχίου, η οποία εμφανίζει παρόμοια ευαισθησία και στην οποία μπορεί να εφαρμοσθεί περιφερικά αιμοστατικός επίδεσμος που θα επιβραδύνει τη συστηματικά απορρόφηση του τροφικού αντιγόνου σε περίπτωση αρχόμενης αναφυλακτικής αντίδρασης. Κατά κανόνα οι δερματικές δοκιμασίες είναι ιδιαίτερα χρήσιμες στις αντιδράσεις υπερευαισθησίας αμέσου τύπου. Μια αντίδραση που εκδηλώνεται μετά πάροδο 4-8 ωρών υποδηλώνει αντίδραση τύπου III, ενώ αντίθετα η εμφάνιση πομφού με ή χωρίς συνοδό ερύθημα μετά 24 έως 72 ώρες είναι συμβατή με αντίδραση τύπου IV. Κατά την αξιολόγηση των δερματικών δοκιμασιών, θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη και οι διάφοροι παράγοντες που τις επηρεάζουν, όπως π.χ. η ηλικία κ.α.

Η δοκιμασία RAST χρησιμοποιείται για την ανίχνευση IgE αντισωμάτων σε συγκεκριμένα αντιγόνα, στον ορό. Η θετική δοκιμασία RAST από μόνη της δεν θέτει, όπως και στην περίπτωση των δερματικών δοκιμασιών, τη διάγνωση, ενώ είναι χρήσιμη σε ορισμένες περιπτώσεις εκζέματος, στις οποίες η μεγάλη έκταση των βλαβών δεν επιτρέπει τη διενέργεια δερματικών δοκιμασιών και σε ασυνήθεις περιπτώσεις συμπτωματικού δερμογραφισμού ή σε ασθενείς υπό φαρμακευτική αγωγή με αντιισταμινικά. Μεγάλος αριθμός άλλων εργαστηριακών δοκιμασιών έχουν χρησιμοποιηθεί ως μέσα διάγνωσης της τροφικής αλλεργίας, στην πλειονότητά τους σε ερευνητικό επίπεδο. Έτσι η δοκιμασία καθίζησης με διπλή διάχυση σε άγαρ (Ouchterlony technique) έχει χρησιμοποιηθεί για την ανίχνευση υψηλών τίτλων ιζηματινών, IgG και IgM ισοτύπων, στο γάλα σε περιπτώσεις παιδιών με υποψία πνευμονοπάθειας προκαλούμενης από το γάλα – γνωστής ως σύνδρομο Heiner, ή με αιμορραγίες από το γαστρεντερικό σύστημα πυροδοτούμενες από την κατανάλωση γάλακτος. Η εξέταση των εντερικών βιοψιών ασθενών που είναι σε δίαιτα αποφυγής του ενοχοποιούμενου τροφίμου και η σύγκρισή τους με εκείνες που λαμβάνονται μετά από πρόκληση από το στόμα, έχει προταθεί από ορισμένους ερευνητές για τη διάγνωση της τροφικής αλλεργίας και ειδικότερα σε περιπτώσεις στις οποίες η πρόκληση δεν προκαλεί την κλινική συμπτωματολογία. Η μέθοδος όμως δεν είναι πρακτική και δεν γίνεται εύκολα αποδεκτή από τους ασθενείς. Έχει επίσης προταθεί η ανίχνευση ειδικών IgG αντισωμάτων με μέθοδο παρόμοια με εκείνη της IgE – RAST, χωρίς όμως να της αποδοθεί ιδιαίτερα

μεγάλη διαγνωστική αξία, ενώ η υπογλώσσια πρόκληση, η αντίστοιχη υποδόρια και η λευκοκυτταρική κυτταροτοξική δοκιμασία δεν έχουν αποδείξει την αξιοπιστία αλλά ούτε και την ιδιαίτερη χρησιμότητά τους.

Στην προσπάθεια εντοπισμού του υπεύθυνου αλλεργιογόνου, σημαντική θέση κατέχει και η τήρηση από τον ασθενή ενός ημερολογίου διατροφής και ειδικότερα στην περίπτωση στην οποία η συσχέτιση των αντιδράσεων με συγκεκριμένα τρόφιμα δεν έχει πλήρως τεκμηριωθεί και οι εκδηλώσεις είναι συνεχείς. Ο ασθενής καταγράφει όλα τα φαγητά που καταναλώνει και σημειώνει την εμφάνιση ή την έξαρση των συμπτωμάτων του. Η κατ' επανάληψη εμφάνιση ορισμένων συμπτωμάτων μπορεί να εστιάσει την προσοχή του ιατρού σε συγκεκριμένα τρόφιμα, με τα οποία θα προχωρήσει στη συνέχεια σε πρόκληση από το στόμα προκειμένου να τεκμηριώσει την αρχική υποψία όσον αφορά το αίτιο της τροφικής αλλεργίας κατά περίπτωση. Σε ορισμένες περιπτώσεις είναι απαραίτητη η καταγραφή στο ημερολόγιο του ασθενούς και άλλων λεπτομερειών όπως για παράδειγμα των επισκέψεων που πραγματοποίησε, των κοινωνικών του δραστηριοτήτων, των εντόνων συναισθηματικών καταστάσεων που υπέστη, των αθλητικών του ενασχολήσεων κ.λ.π. και αυτό γιατί ο καθένας από τους ανωτέρω παράγοντες μπορεί θεωρητικά να συμβάλλει στην εκδήλωση των συμπτωμάτων του. Όταν τα συμπτώματα δεν είναι συνεχή, συνιστάται η διατήρηση ενός περιστασιακού ημερολογίου στο οποίο ο ασθενής καταγράφει τη διατροφή του κατά το 24ωρο που προηγήθηκε της εμφάνισης των συμπτωμάτων (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Δίαιτες αποφυγής

Οι δίαιτες αποφυγής στηρίζονται στην αρχή ότι η απομάκρυνση του τροφίμου που προκαλεί τα συμπτώματα από το διαιτολόγιο του ασθενούς, θα έχει ως αποτέλεσμα την πλήρη αποδρομή της κλινικής συμπτωματολογίας. Η πιθανότητα να τεθεί διάγνωση με τη βοήθεια μιας δίαιτας αποφυγής είναι μεγαλύτερη όταν ο αριθμός των τροφίμων που ενοχοποιούνται είναι μικρός. Οι δίαιτες αυτές δεν είναι απαραίτητες για τη διάγνωση της τροφικής συστηματικής αναφυλαξίας όταν το αίτιο γίνεται εύκολο αντιληπτό, ενώ στην αντίθετη περίπτωση ο ασθενής δεν θα πρέπει να καταναλώνει τα τρόφιμα εκείνα για τα οποία υπάρχουν βάσιμες υποψίες ότι ευθύνονται για την εμφάνιση της αναφυλαξίας. Η επανεισαγωγή των τροφίμων στο διαιτολόγιο του ασθενούς γίνεται μόνο στις περιπτώσεις εκείνες στις οποίες τα προκαλούμενα συμπτώματα δεν είναι απειλητικά για την ζωή του ασθενούς. Θα πρέπει επίσης να τονιστεί ότι η αλλαγή του τύπου και της ποσότητας των

τροφίμων που καταναλώνονται μπορούν να τροποποιήσουν τα συμπτώματα διαφόρων νόσων όπως της εντεροπάθειας λόγω ευαισθησίας στη γλουτένη, της έλλειψης δισακχαριδάσης και της κυστικής ίνωσης. Ο ασθενής σκόπιμο είναι να παραμείνει στη συνηθισμένη του διαίτα για 10 έως 14 ημέρες πριν την εισαγωγή σε κάποια ειδική διαίτα αποφυγής με σύγχρονη καταγραφή του τύπου και των ποσοτήτων τροφίμων που καταναλώνει αλλά και τον χρόνο εμφάνισης και τον χαρακτήρα των ανεπιθύμητων αντιδράσεων κατά το ως άνω χρονικό διάστημα. Η καταγραφή αυτή είναι χρήσιμη γιατί παρέχει πληροφορίες σχετικά με τα υπό διερεύνηση τροφικά αλλεργιογόνα αλλά και γιατί καθορίζει τη φύση των συμπτωμάτων του ασθενούς και αποτελεί μέτρο σύγκρισης και αποτελεσματικότητας της θεραπευτικής προσέγγισης του ασθενούς. Κατά την απομάκρυνση τροφίμων που καταναλίσκονται σε καθημερινή βάση θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη βαρύτητα στην πλήρη εξάλειψή τους από το διαιτολόγιο του ασθενούς καθ' όσον πολλά από αυτά όπως για παράδειγμα τα αυγά, περιέχονται στη μαγιονέζα, τις διάφορες σάλτσες για σαλάτες, τα παγωτά ή τα ζυμαρικά.

Συνιστάται επίσης η αποφυγή, στο μέτρο του δυνατού, των διαφόρων φαρμάκων συμπεριλαμβανομένης της ασπιρίνης και των καθαρτικών. Η συνέχιση των συμπτωμάτων παρά την αυστηρή διαίτα είναι ενδεικτική του γεγονότος, ότι τα συμπτώματα δεν οφείλονται σε τρόφιμα, ενώ η ελάχιστη πιθανότητα πρόκλησης των συμπτωμάτων από τα περιεχόμενα στη διαίτα τρόφιμα αντιμετωπίζεται με την αντικατάσταση των εν λόγω τροφίμων με άλλα που είναι γνωστό ότι δεν προκαλούν κλινικές εκδηλώσεις. Η αποδρομή των συμπτωμάτων ακολουθείται από επανεισαγωγή των αποκλεισθέντων τροφίμων στο τακτικό διαιτολόγιο, οπότε φυσιολογικά επανεμφανίζονται και τα συμπτώματα τα οποία στη συνέχεια θα αποδράμουν εκ νέου με την επιστροφή στη διαίτα αποφυγής. Εάν η σχέση των συμπτωμάτων με τη διαίτα είναι σαφής το επόμενο βήμα είναι η σταδιακή επανεισαγωγή, ανά 3ήμερο ή 4ήμερο, των διαφόρων τροφίμων που είχαν αποκλεισθεί. Οι τροφές οι οποίες κατά την επανεισαγωγή τους δεν προκαλούν συμπτώματα, παραμένουν στο διαιτολόγιο του ασθενούς. Με τον τρόπο αυτό, που απαιτεί επιμονή, υπομονή αλλά και άριστη συνεργασία, μεταξύ ιατρού και ασθενούς, καθορίζεται ένα ασφαλές διαιτολόγιο. Η διαδικασία αυτή παρά το γεγονός ότι έχει το πλεονέκτημα της εφαρμογής της σε περιπατητικούς ασθενείς, μειονεκτεί από την άποψη ότι η εκτίμηση της αποκλειστικότητάς της εκ μέρους τους ασθενούς αλλά και του ιατρού δεν είναι απόλυτα αντικειμενική και οι διάφοροι ψυχογενείς παράγοντες δεν μπορούν να αποκλεισθούν με βεβαιότητα. Κατά συνέπεια και προκειμένου να τεθεί η τελική διάγνωση της τροφικής υπερευαισθησίας, απαιτείται η διενέργεια απλής ή

διπλής – τυφλής ελεγχόμενης με placebo τροφικής πρόκλησης από το στόμα (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Ελεγχόμενη πρόκληση με τρόφιμα

Η διπλή ή απλή – τυφλή ελεγχόμενη με placebo πρόκληση με τρόφιμα από το στόμα αποτελεί, επί του παρόντος, τη μοναδική “χρυσή” μέθοδο που θέτει με ακρίβεια και με αντικειμενικά κριτήρια τη διάγνωση της τροφικής αλλεργίας. Το σαφές ιστορικό της πρόκλησης αλλεργικών συμπτωμάτων μετά την κατανάλωση συγκεκριμένων τροφίμων όπως οίδημα χειλιών, γλώσσας ή προσώπου, βράγχος φωνής, υπόταση ή άλλα συμπτώματα ενδεικτικά συστηματικής αναφυλαξίας, δεν επιβάλλει τη διενέργεια της ανωτέρω δοκιμασίας, η οποία εκτός των άλλων περικλείει κινδύνους γι’ αυτό θα πρέπει να διενεργείται από ειδικευμένο γιατρό και συνήθως σε νοσοκομειακό περιβάλλον που διαθέτει τα απαραίτητα μέσα για την επιτυχή αντιμετώπιση ενδεχόμενων σοβαρών συστηματικών αναφυλακτικών αντιδράσεων. Η τροφική πρόκληση μπορεί να είναι: ανοικτή, απλή – τυφλή ή διπλή – τυφλή. Στην πρώτη περίπτωση και ο ιατρός και ο ασθενής είναι γνώστες της ταυτότητας του υπό δοκιμή τροφίμου. Στην απλή – τυφλή πρόκληση μόνον ο ασθενής δεν γνωρίζει το είδος του τροφίμου που λαμβάνει, ενώ στη διπλή – τυφλή δοκιμασία, που είναι και η πλέον αντικειμενική, και ο ασθενής αλλά και ο ιατρός ή άλλος ουδέτερος παρατηρητής δεν γνωρίζουν εάν η λαμβανόμενη κάψουλα περιέχει το υπό έλεγχο τρόφιμο ή placebo. Τα αποτελέσματα βαθμολογούνται από τον ασθενή και τον ιατρό. Κατά την διάρκεια των προκλήσεων, ο ασθενής παραμένει σε περιορισμένη δίαιτα και καταναλώνει τρόφιμα που είναι γνωστό ότι δεν προκαλούν συμπτώματα. Η ποσότητα του χορηγούμενου τροφίμου είναι ανάλογη της πιθανολογούμενης τροφικής υπερευαισθησίας και κυμαίνεται από 10 mg όταν από το ιστορικό συνάγεται το συμπέρασμα ότι επαρκούν μικρές μόνον ποσότητες για την εκδήλωση συμπτωμάτων, έως και 8 g όταν απαιτούνται μεγάλες ποσότητες τροφίμων για την πρόκληση της ανάλογης κλινικής συμπτωματολογίας. Τα ελεγχόμενα τρόφιμα χορηγούνται με διάφορους τρόπους, όπως με τη βοήθεια ρινογαστρικού καθετήρα ή με αδιαφανείς κάψουλες από ζελατίνη ή αναμειγμένα με άλλα τρόφιμα. Το περιεχόμενο κάθε κάψουλας κυμαίνεται από 400 έως 600 mg ξηράς τροφής. Εδώ θα πρέπει να αναφερθεί ότι στον υπολογισμό των ισοδύναμων δόσεων ξηράς τροφής θα πρέπει να λαμβάνεται πάντοτε υπόψη το υδατικό περιεχόμενο κάθε τροφίμου. Έτσι, 11 γραμμάρια σκόνης γάλακτος ισοδυναμεί με μισό φλιτζάνι γάλακτος σε υγρή κατάσταση. Ορισμένες φορές, οι προκλήσεις πρέπει να γίνονται με ωμά φρούτα ή λαχανικά γιατί το μαγείρεμα των τροφών καταστρέφει

πολλά από τα αλλεργιογόνα τους. Ο χρόνος παρακολούθησης του ασθενούς είναι εκείνος που από το ιστορικό του αντιστοιχεί στην εμφάνιση των συμπτωμάτων μετά την κατανάλωση της τροφής. Όταν η δοκιμασία είναι αρνητική, χορηγούνται ανά 20 – 30 λεπτά, οι αμέσως μεγαλύτερες δόσεις μέχρις ότου χορηγηθεί η ποσότητα που προκαλεί τα συμπτώματα ή το ισόποσο 8 γραμμαρίων λυοφυλισμένης αφυδατωμένης τροφής. Εάν η τελευταία ποσότητα είναι καλώς ανεκτή από τον ασθενή, ακολουθεί η χορήγηση του τροφίμου στη φυσική του κατάσταση και στις συνήθεις ποσότητες (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

Όταν και αυτή η δοκιμασία αποβεί αρνητική, ο ασθενής ενημερώνεται σχετικά, το συγκεκριμένο τρόφιμο εισάγεται στο διαιτολόγιό του και ακολουθεί η επόμενη τροφική πρόκληση. Κάθε αναμφισβήτητα θετική αντίδραση, όπως κνίδωση ή άσθμα, μετά τη διενέργεια διπλής – τυφλής ελεγχόμενης με placebo τροφικής πρόκλησης, αποτελεί ένδειξη οξείας ανεπιθύμητης αντίδρασης στο συγκεκριμένο τρόφιμο. Εάν οι δοκιμασίες με placebo είναι συχνά θετικές, η συσχέτιση μεταξύ αντιδράσεων και τροφίμων είναι αδύνατη. Σε περιπτώσεις υποκειμενικών ενοχλημάτων και προκειμένου να τεθεί η διάγνωση, είναι απαραίτητος ένας στατιστικά σημαντικός αριθμός θετικών απαντήσεων στις προκλήσεις σε συνδυασμό με ισοδύναμο αριθμό εντελώς αρνητικών δοκιμασιών με placebo. Τα θετικά αποτελέσματα υποδεικνύουν *a priori* τον υποκείμενο ανοσιακό μηχανισμό, γιατί οι ανεπιθύμητες αντιδράσεις είναι δυνατόν να οφείλονται και σε άλλες καταστάσεις όπως, για παράδειγμα, σε έλλειψη δισακχαριτάσης. Ορισμένες αντιδράσεις υπερευαισθησίας, κυρίως από το αναπνευστικό, εκδηλώνονται κυρίως μετά από εισπνοή παρά μετά από κατανάλωση του τροφικού αλλεργιογόνου, όπως για παράδειγμα συμβαίνει με το αλεύρι, τα αυγά, τα καβούρια, το σκόρδο ή τον κόλιανδρο, στο εργασιακό περιβάλλον του ασθενούς. Η επιβεβαίωση των εν λόγω αντιδράσεων γίνεται με τη διενέργεια των ενδεδειγμένων βρογχικών προκλήσεων με τα συγκεκριμένα αντιγόνα σε συνδυασμό με placebo. Φυσικά, η ανωτέρω μέθοδος πρέπει να αποφεύγεται σε εξαιρετικά ευαίσθητους ασθενείς (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

1.1.8 ΠΡΟΛΗΨΗ

Τα τροφικά αντιγόνα διέρχονται τον πλακούντα και εκκρίνονται στο μητρικό γάλα, η αποφυγή ορισμένων εντόνως αλλεργιογόνων τροφών κατά τη διάρκεια της κύησης και της γαλουχίας, σε οικογένειες όπου ο ένας ή και οι δύο γονείς πάσχουν από ατοπικές παθήσεις, πιθανολογείται ότι έχει ευνοϊκά αποτελέσματα για το έμβρυο ή το νεογνό. Προκειμένου να είναι επιτυχής η πρόληψη της νόσου είναι απαραίτητη η αναγνώριση των νεογνών υψηλού κινδύνου. Η συνολική συχνότητα της αλλεργίας στα νεογνά είναι 20%. Εάν κανένας εκ των γονέων δεν είναι αλλεργικός η συχνότητα είναι 13% και εγγίζει το 29% όταν ένας εκ των γονέων πάσχει από ατοπική πάθηση και το 47%-79% εάν αμφότεροι οι γονείς είναι αλλεργικοί. Το 70% των βρεφών που εμφανίζουν δυσανεξία στο αγελαδινό γάλα έχουν θετικό οικογενειακό ιστορικό ατοπίας. Η μέτρηση της IgE στον ορό των νεογνών ή των βρεφών θα μπορούσε να αποτελέσει τον κανόνα για την αναγνώριση του παιδιού που κινδυνεύει να εμφανίσει κάποια αλλεργική πάθηση. Στα μη ατοπικά βρέφη τα επίπεδα της IgE είναι συνήθως μικρότερα των 0.5 IU/ml, ενώ τα βρέφη με υψηλότερες τιμές έχουν την τάση εμφανίσεως ατοπικών νοσημάτων. Σε μεγαλύτερες ηλικίες έχουν προταθεί διάφορες τιμές IgE που σχετίζονται θετικά με την εγκατάσταση αλλεργικών καταστάσεων. Η προσπάθεια για την αναγνώριση των νεογνών υψηλού κινδύνου μέσω των ανοσοσφαιρινών A και M δεν έχει τεκμηριωθεί επαρκώς και παραμένει αντιφατική. Το 1966 ο Glaser ανακοινώνει ότι η αύξηση των αλλεργικών παθήσεων των νεογνών μετά το 1940 οφείλεται στην αντικατάσταση του μητρικού θηλασμού με το αγελαδινό γάλα. Έκτοτε πολλοί είναι εκείνοι που πιστεύουν ότι η πρόληψη της αλλεργίας είναι εφικτή μέσω της αποφυγής ή της καθυστερημένης εισαγωγής (μετά το πρώτο 6μηνο) των διαφόρων αλλεργιογόνων τροφικής προελεύσεως (π.χ. γάλακτος, αυγών, κοτόπουλου, μοσχαρίσιου κρέατος, σιταριού και λοιπών δημητριακών, ψαριών και εσπεριδοειδών), της εφαρμογής του μητρικού θηλασμού ή της χορηγήσεως υποαλλεργικών υποκατάστατων γάλακτος και της ελαχιστοποίησης της έκθεσης στα αεροαλλεργιογόνα (οικιακή σκόνη, ακάρεα οικιακής σκόνης, μύκητες, επιθήλια και τρίχες οικιακών ζώων) του περιβάλλοντος. Παρά την λογική που κρύβουν τα εν λόγω μέτρα, η αποτελεσματικότητά τους δεν έχει πλήρως τεκμηριωθεί και δεν έχουν γίνει πλήρως αποδεκτά (Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).

One of the best reasons to go to an allergist is to find out what allergens bother you, so you can avoid them



 ADAM.

1.1.9 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Η αποφυγή των συγκεκριμένων τροφικών αλλεργιογόνων είναι ασφαλής, αποτελεσματική, εύκολη και αποτελεί τη θεραπεία εκλογής σε περιπτώσεις τροφικής αλλεργίας. Η ηλικία του ασθενούς, η βαρύτητα της τροφικής του αλλεργίας, ο αριθμός των τροφικών αλλεργιογόνων, η ευαισθησία των οργάνων στόχων και η βαρύτητα συνυπάρχουσας αναπνευστικής αλλεργίας, η φυσική πορεία της τροφικής αλλεργίας και η μερική ανοχή μικρών ποσοτήτων ορισμένων τροφών, είναι στοιχεία που θα πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη. Η υπερευαισθησία σε κάποιο τρόφιμο είναι δυνατόν να ελαττωθεί με την πάροδο του χρόνου ιδίως στα βρέφη και τα νεαρά παιδιά. Έτσι, τα περισσότερα παιδιά υπερνικούν την ευαισθησία τους στο αγελαδινό γάλα στην ηλικία των 2 ετών, ενώ ένα μικρό ποσοστό εξ αυτών τη διατηρεί για αρκετά χρόνια. Κατά τη διάρκεια της βρεφικής ηλικίας η καλύτερη αποφυγή των αλλεργιογόνων τροφικής προελεύσεως επιτυγχάνεται με το μητρικό θηλασμό παρά το γεγονός ότι τα τροφικά αντιγόνα ανιχνεύονται στο γάλα της μητέρας. Όταν για διάφορους λόγους ο θηλασμός είναι αδύνατος και η ευαισθησία στο αγελαδινό γάλα είναι τεκμηριωμένη, συνίσταται η χορήγηση ειδικών παρασκευασμάτων ελευθέρων γάλακτος. Σε περιπτώσεις που η εφαρμογή ειδικού διαιτολογίου είναι επιβεβλημένη, το θρεπτικό περιεχόμενο κάθε δίαιτας θα πρέπει να τηρεί ορισμένες αναλογίες όσον αφορά τις περιεχόμενες πρωτεΐνες, τις βιταμίνες και τα μεταλλικά άλατα προς αποφυγή καταστάσεων δυσαπορροφήσεως και κακής θρέψεως. Επειδή η αποφυγή των τροφικών αλλεργιογόνων αποτελεί την «θεραπεία» εκλογής και οι ανεπιθύμητες αντιδράσεις που απειλούν την ζωή των ασθενών είναι σχετικά περιορισμένες, τα διαθέσιμα φάρμακα για την αντιμετώπιση της τροφικής αλλεργίας είναι επικουρικά και χορηγούνται σε συγκεκριμένες περιπτώσεις όπως επί εμμονής των συμπτωμάτων παρά τις ελεγχόμενες δίαιτες ή όταν η κατανάλωση συγκεκριμένων τροφών εκτός οικίας είναι αναπόφευκτη. Η χορήγηση των παραδοσιακών H1 – αντιισταμινικών περιορίζεται στην αντιμετώπιση των ανεπιθύμητων τροφικών αντιδράσεων (ρινοεπιπεφυκίτιδα, κνίδωση / αγγειοοίδημα) που οφείλονται στην έκλυση ισταμίνης. Ο συνδυασμός των H1 – και των H2 – αντιισταμινικών έχει δώσει ελπιδοφόρα αποτελέσματα στην αντιμετώπιση της χρόνιας κνίδωσης ανεξάρτητα εάν η τελευταία οφείλεται ή όχι στην κατανάλωση διαφόρων τροφών, ενώ ορισμένα κυτταροπροστατευτικά φάρμακα (πιρενζεπίνη, ροζαρπροστόλη) αποδείχθηκαν ιδιαίτερα προστατευτικά σε περιπτώσεις τροφικής αλλεργίας και δυσανεξίας. Η αποτελεσματικότητα της χρωμολίνης στην αντιμετώπιση των αναπνευστικών αλλεργιών οδήγησε στην χρησιμοποίησή του σε περιπτώσεις τροφικής αλλεργίας. Από το χορηγούμενο σκεύασμα έχουν αφαιρεθεί τα 20 mg

γλυκόζης που περιείχαν οι εισπνεόμενες κάψουλες, προκειμένου το φάρμακο να είναι αβλαβές για τους πάσχοντες από έλλειψη λακτάσης που συχνά συνοδεύει τις οξείες και χρόνιες γαστρεντερικές παθήσεις. Επί του παρόντος η αποτελεσματικότητα του φαρμάκου είναι αμφιλεγόμενη παρά το γεγονός, ότι έχουν ανακοινωθεί αρκετές εργασίες στις οποίες η χρωμολίνη επέτρεψε την κατανάλωση τροφίμων που αποδεδειγμένα προκαλούσαν ανεπιθύμητες αντιδράσεις. Η χορήγηση κορτικοστεροειδών επιφέρει θεαματική βελτίωση της αλλεργικής γαστρεντεροπάθειας που προκαλείται από την κατανάλωση γάλακτος, σε προσωρινή πάντοτε βάση, ενώ πολύ καλά αποτελέσματα έχουν χορηγούμενα σε περιστατικά ηωσινοφιλικής γαστρεντερίτιδας με συνοδό τροφική αλλεργία. Με γνώμονα την ικανότητα των προσταγλανδινών E2 και F2α να προκαλούν γαστρεντερικά συμπτώματα παρόμοια με εκείνα που παρατηρούνται στις ανεπιθύμητες αντιδράσεις τροφικής αιτιολογίας, η χορήγηση αναστολέων της συνθετάσης των προσταγλανδινών, όπως ακετοσαλικυλικού οξέος, ινδομεθακίνης ή ιμπουπροφένης είναι δυνατόν να αναστείλει την εκδήλωση αντιδράσεων δυσανεξίας σε συγκεκριμένα τρόφιμα όταν χορηγούνται 30 λεπτά έως 1 ώρα πριν από την κατανάλωση της τροφής. Παρά το γεγονός ότι σε μικρό αριθμό εργασιών, η ανοσοθεραπεία με υποδόριες ενέσεις εκχυλισμάτων τροφίμων απέβη αποτελεσματική, επί του παρόντος και λόγω της ελλείψεως επαρκώς τεκμηριωμένων μελετών, η μέθοδος δεν συνιστάται για περιπτώσεις τροφικής αλλεργίας ή δυσανεξίας. Η από του στόματος απευαισθητοποίηση δεν έχει επιδείξει ιδιαίτερη αποτελεσματικότητα και κατά συνέπεια επίσης δεν συνιστάται για τη θεραπευτική αντιμετώπιση της τροφικής αλλεργίας(Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία).



1.2 ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ

Κατά τη διάρκεια των τελευταίων δεκαετιών η τροφική αλλεργία έχει προκύψει ως σοβαρό πρόβλημα δημόσιας υγείας, με μια αύξηση στην επίπτωση και την επικράτηση. Λαμβάνοντας υπόψη την ανίατη φύση και τις ενδεχομένως απειλητικές για τη ζωή συνέπειες των τροφικών αλλεργιών, τα ευαισθητοποιημένα άτομα στηρίζονται σε μεγάλο ποσοστό στις δίαιτες αποφυγής. Μια αυστηρή προσκόλληση σε μια δίαιτα αποφυγής είναι το σημαντικότερο προληπτικό μέτρο και στοχεύει σε έναν συνολικό αποκλεισμό των τροφίμων που προκαλούν αλλεργία. Τα αλλεργικά άτομα μαζί με την οικογένειά τους θα πρέπει να επαγρυπνούν καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους, έτσι ώστε τα τρόφιμα που αγοράζουν και καταναλώνουν να είναι ασφαλής, ελεύθερα αλλεργιογόνων. Αυτό στην πράξη δεν επιτυγχάνεται εύκολα, γίνεται δε ακόμα πιο δύσκολο από το γεγονός ότι σε πολλές χώρες η νομοθεσία δεν απαιτεί την πλήρη επισήμανση των συστατικών που περιέχονται στα επεξεργασμένα τρόφιμα. Κατά συνέπεια η τυχαία κατανάλωση τροφίμων με κρυμμένα αλλεργιογόνα έχει αποβεί πολλές φορές μοιραία (Schappi GF, Konrad V, Sicherer SH, Burks AW, Christie L, Althage KA).

Για αυτόν τον λόγο, είναι εξαιρετικά σημαντικό για τον αλλεργικό καταναλωτή τα εμπορικά τρόφιμα να έχουν ακριβή και αναμφισβήτητη επισήμανση.

Στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, έχει θεσπιστεί νομοθεσία σχετικά με την επισήμανση των τροφίμων που στοχεύει στην επίτευξη ενός υψηλού επιπέδου προστασίας της υγείας των καταναλωτών και στην εγγύηση του δικαίωμά τους στην ενημέρωση. Μια σημαντική πλευρά των νέων κανονισμών προστατεύει την υγεία των καταναλωτών που έχουν μια τροφική αλλεργία. Η παρουσία τροφίμων ικανών να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις, όπως το γάλα, το αυγό, το φυστίκι κ.λ.π. πρέπει να επισημανθεί στην ετικέτα των τροφίμων (Arjon J. van Hengel).

Για να αξιολογηθεί η τρέχουσα κατάσταση σχετικά με τις ετικέτες τροφίμων που δηλώνουν την παρουσία αλλεργιογόνων τροφίμων, πραγματοποιήθηκε μια έρευνα σε 10 ευρωπαϊκές χώρες, όπου καταγράφηκαν συνολικά 550 διαφορετικοί τύποι σοκολατών, και μπισκότων. Πολλοί διαφορετικοί τρόποι επισήμανσης αλλεργιογόνων τροφίμων παρατηρήθηκαν στις ετικέτες αυτών των προϊόντων (Arjon J. van Hengel).

Στην οδηγία 2000/13/EK περιγράφεται όλη η πληροφορία που πρέπει να αναφέρεται στην ετικέτα των τροφίμων (European Parliament and Council, 2000).

Σ' ότι αφορά τα τροφικά αλλεργιογόνα, η οδηγία περιέχει ένα κατάλογο ονοματίζοντας δώδεκα σημαντικά τροφικά αλλεργιογόνα οποίων η παρουσία πρέπει να δηλωθεί στην ετικέτα τέτοιων τροφίμων.

Η οδηγία 2003/89/EK (European Parliament and Council, 2003) έχει τροποποιήσει τις απαιτήσεις επισήμανσης τροφίμων της οδηγίας 2000/13/EK (European Parliament and Council, 2000) προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι οι παρεκκλίσεις στην υποχρεωτική δήλωση των συστατικών τροφίμων δεν ισχύουν σε εκείνα τα συστατικά (που αναφέρονται στο Παράρτημα IIIa) που μπορούν να προκαλέσουν τις τροφικές αλλεργίες.

Οι προαναφερθείσες οδηγίες αφορούν στα αλλεργιογόνα συστατικά που είναι γνωστά για τη χρησιμοποίησή τους στην παραγωγή και τη παρουσία του σε τελικό προϊόν, και τα οποία δεν παρέχουν επίπεδο κατώτατων ορίων κάτω από το οποίο τα τρόφιμα απαλλάσσονται των απαιτήσεων επισήμανσης (πέραν του θειικού διοξειδίου και των θειώδων, όπου ένα κατώτατο όριο ορίζεται στα 10 mg/l).

Η απαίτηση επισήμανσης ισχύει και για τα συστατικά ενός σύνθετου συστατικού, πρόσθετες ουσίες τροφίμων, τυχόν συστατικό μιας πρόσθετης ουσίας τροφίμων, αρωματικές ουσίες, πιθανό συστατικό αρωματικής ένωσης, των βοηθητικών και των μεταφορέων επεξεργασίας, καθώς και των διαλυτών και των πρόσθετων ουσιών. Εντούτοις, η τυχαία παρουσία αλλεργιογόνων συστατικών στα τρόφιμα δεν καλύπτεται από αυτές τις δύο οδηγίες. Παρόλα αυτά, ένας παραγωγός τροφίμου, στου οποίου τα προϊόντα περιέχονται τέτοια κρυμμένα “αλλεργιογόνα” που έχουν εισέλθει στο τρόφιμο ως αποτέλεσμα π.χ. επιμόλυνσης κατά τη διάρκεια της παραγωγής, μπορεί να εκτεθεί όταν ένα τέτοιο προϊόν δεν συμμορφώνεται με τη νομοθεσία σχετικά με τη ασφάλεια προϊόντων. (Arjon J. van Hengel)

Η οδηγία 2001/95/EK (European Parliament and Council, 2001) στοχεύει στο να εξασφαλίσει ότι τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά είναι ασφαλή, και να προστατεύσει την υγεία και την ασφάλεια των καταναλωτών. Ένα “ασφαλές προϊόν” δεν πρέπει να παρουσιάζει οποιοδήποτε κίνδυνο ή μόνο τους ελάχιστους κινδύνους, συμβατούς με τη χρήση του προϊόντος που θεωρείται αποδεκτή και σύμφωνη με ένα υψηλό επίπεδο προστασίας για την ασφάλεια και την υγεία των αλλεργικών ασθενών. Επομένως, τρόφιμα που περιέχουν ένα ή περισσότερα αλλεργιογόνα συστατικά των οποίων η παρουσία δεν δηλώνεται στην ετικέτα δεν πληρούν τις προϋποθέσεις “του ασφαλούς προϊόντος” και θεωρούνται “επικίνδυνα προϊόντα”(Arjon J. van Hengel).

Η οδηγία του 2001/95/EK (European Parliament and Council, 2001) είναι μάλλον γενική, ενώ ο κανονισμός 2002/178/EK(European Parliament and Council, 2002) παρέχει τη βάση για ένα υψηλό επίπεδο προστασίας της ανθρώπινης υγείας και των καταναλωτών σε σχέση

με τα τρόφιμα. Ο παρών κανονισμός σαφώς δηλώνει ότι τα επισφαλή τρόφιμα δεν πρέπει να τοποθετηθούν στην αγορά. Στον καθορισμό του εάν ένα προϊόν είναι ασφαλές, θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη η επίδραση αυτού στην υγεία ενός καταναλωτή, αλλά και οι ιδιαίτερες ευαισθησίες μιας συγκεκριμένης κατηγορίας καταναλωτών. Αυτό υπονοεί ότι τα τρόφιμα που περιέχουν αλλεργιογονικά συστατικά που δεν επισημαίνονται στην ετικέτα είναι ασφαλή για μια συγκεκριμένη κατηγορία καταναλωτών (καταναλωτές με τροφική αλλεργία) και δεν πρέπει συνεπώς να κυκλοφορούν στην αγορά. Είναι εξαιρετικά σημαντικό επομένως οι παραγωγοί τροφίμων να εξασφαλίσουν ότι τα προϊόντα τους δεν περιέχουν αλλεργιογόνα εκτός αν η παρουσία τους επισημαίνεται στην ετικέτα (Arjon J. van Hengel).

Σύμφωνα με τις οδηγίες 2000/13/EK (European Parliament and Council, 2000) και 2003/89/EK (European Parliament and Council, 2003) η παρουσία αλλεργιογόνων μπορεί να δηλωθεί είτε μέσα στη λίστα συστατικών, είτε ως ξεχωριστή δήλωση που ακολουθεί συνήθως τη λίστα συστατικών. Ο τρόπος καταγραφής τέτοιων δηλώσεων ποικίλλει, και παραδείγματα αυτού είναι: “περιέχει”, “αυτό το προϊόν περιέχει τα αλλεργιογόνα συστατικά”, “πληροφορία αλλεργιογόνων” που αυτό ακολουθείται από το όνομα του αλλεργιογόνου συστατικού. Από την προαναφερθείσα έρευνα που πραγματοποιήθηκε στις 10 ευρωπαϊκές χώρες, το ¼ από τα μπισκότα και το 5% από τις σοκολάτες που μελετήθηκαν, περιείχαν μια τέτοια ξεχωριστή δήλωση αλλεργιογόνων (Arjon J. van Hengel).

Εντούτοις, η χρήση αυτού του τύπου επισήμανσης ποικίλλει έντονα ανά χώρα με τις συχνότητες που κυμαίνονται από 0 ως 50%. Η οδηγία δηλώνει ότι “το συστατικό θα πρέπει να επισημαίνεται στην ετικέτα με σαφή και ακριβή τρόπο και ότι η επισήμανση δεν είναι απαραίτητη όταν το όνομα του προϊόντος υποδηλώνει σαφώς τη παρουσία ενός συγκεκριμένου συστατικού”. Αυτή η διατύπωση δεν ορίζει ένα συγκεκριμένο τρόπο επισήμανσης και επομένως η εφαρμογή της οδηγίας στις εθνικές νομοθεσίες των κρατών μελών της ΕΕ μπορεί να οδηγήσει στις διαφορές στη διατύπωση και το σχήμα των ετικετών όσον αφορά τη δήλωση των αλλεργιογόνων συστατικών τροφίμων.

Η εκπαίδευση των καταναλωτών μπορεί επίσης να είναι ένας σημαντικός παράγοντας όταν δηλώνονται τα αλλεργιογόνα, δεδομένου ότι σε μια ενιαία γλώσσα ενιαία αλλεργιογόνα τρόφιμα μπορούν να μαθευτούν κάτω από διάφορα συνώνυμα. (Arjon J. van Hengel)

Για παράδειγμα τα φιστίκια μπορούν επίσης να αναφερθούν ως αραχίδες, αλλά για λόγους επισήμανσης αλλεργιογόνου η χρήση του όρου “φιστίκι” σαφώς προτιμάται.

Η επιλογή των τροφίμων που είναι “ασφαλή” για τον αλλεργικό καταναλωτή εξαρτάται επίσης από την ιδιομορφία του όρου που χρησιμοποιείται για να δείξει την παρουσία, ή στην περίπτωση της προληπτικής επισήμανσης, τη πιθανή παρουσία ενός αλλεργιογόνου

συστατικού. Η χρήση συγκεκριμένων όρων όπως “φυστίκι” ή “φουντούκι” προτιμάται σαφώς σε σύγκριση περισσότερο με γενικούς όρους όπως “ξηροί καρποί”. Παρά ταύτα γενικοί όροι όπως με το παράδειγμα των ξηρών καρπών, είναι αυτοί που πιο συχνά χρησιμοποιούνται στη προληπτική επισήμανση, περιορίζοντας έτσι τις επιλογές ενός αλλεργικού καταναλωτή που έχει αλλεργία σε ένα συγκεκριμένο συστατικό, όπως π.χ το φουντούκι. Από την προαναφερθείσα έρευνα που διεξήχθη στην Ευρωπαϊκή αγορά μεταξύ των προϊόντων μπισκότων και σοκολάτας, έχουν παρατηρηθεί διαφορές στην ιδιομορφία κατά τη σύγκριση των διαφορετικών εκδόσεων σε μια ετικέτα τροφίμων. Στην ετικέτα δύο προϊόντων δηλώθηκε ότι το προϊόν “μπορεί να περιέχει φουντούκια” στη γερμανική εκδοχή, ενώ στη γαλλική εκδοχή η δήλωση “μπορεί να περιέχει αμύγδαλα και φυστίκι”. Ένας αλλεργικός καταναλωτής φουντουκιών που στηρίζεται στη γαλλική εκδοχή είναι πιθανό να ταξινομήσει αυτά τα προϊόντα ως ασφαλή για την κατανάλωση, ενώ κάποιος που στηρίζεται στη γερμανική εκδοχή είναι πιθανό να απέχει από την κατανάλωση των ίδιων προϊόντων. Μεταξύ των προϊόντων που αγοράστηκαν στο Βέλγιο και τις Κάτω Χώρες παρατηρήθηκαν οι όροι “pinda”(φιστίκι), “aardnoot” και “arachide”(αραχίδα) στις ετικέτες. Ο τελευταίος όρος δεν μπορεί να βρεθεί στο πιο εκτενές ολλανδικό λεξικό (Geerts, Heestermans, & Kruijskamp, 1984) και προέρχεται πιθανότατα από τα γαλλικά όπου το arachide είναι η λέξη για το φιστίκι.

Εκτός από αυτήν την παραλλαγή των όρων σε μια ενιαία γλώσσα, προφανείς αποκλίσεις προσδιορίστηκαν και με τη σύγκριση των διαφορετικών εκδόσεων στις ενιαίες ετικέτες. Ένα παράδειγμα αυτού είναι ένα προϊόν που αγοράζεται στη Ρουμανία με μια ετικέτα που δηλώνει την παρουσία φιστικιού στα ρουμάνικα και την παρουσία φουντουκιού στα αγγλικά. Ένα άλλο προϊόν, στην Τσεχία, αναφέρει μεταξύ των συστατικών “άρωμα φουντουκιών” στις τσεχικές και σλοβακικές εκδόσεις, ενώ δεν υπάρχει καμία αναφορά σε αυτό το συστατικό στην αγγλική έκδοση.

Μια διαφορετική απόκλιση αφορά τον τύπο επισήμανσης των αλλεργιογόνων συστατικών. Ένα παράδειγμα αυτού βρέθηκε σε ένα προϊόν που αγοράστηκε στη Γερμανία όπου στην ετικέτα δηλωνόταν η παρουσία ιχθών φιστικιών και καρυδιών, επομένως και τα δύο αλλεργιογόνα τρόφιμα μπορούν να θεωρηθούν συστατικά του προϊόντος, ενώ στην ιταλική εκδοχή του κειμένου δηλώθηκε ότι το προϊόν “μπορεί να περιέχει φιστίκι και καρύδια”, το οποίο υπονοεί ότι τα δύο αυτά αλλεργιογόνα τρόφιμα δεν είναι γνωστά συστατικά και μπορούν μόνο να είναι παρόντα ακούσια.

Ένας άλλος γενικός όρος που συχνά χρησιμοποιείται είναι “φυτικά έλαια” τα οποία μπορεί να προέρχονται από πολλά διαφορετικά είδη καρπών (σουσάμι, μουστάρδα, φιστίκι,

ηλιόσποροι, καλαμποκόσποροι κ.λ.π) κάποιους εκ των οποίων αναφέρονται σαφώς στο παράρτημα ΙΙΙ^α της οδηγίας 2000/13/ΕΚ. (Arjon J. van Hengel)

Εικόνα 1: ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΕΤΙΚΕΤΩΝ ΕΥΡΩΠΑΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

INGREDIENTS
Beans (49%), Tomatoes (27%), Water, Sugar, Glucose Syrup, Salt, Modified Cornflour, Spirit Vinegar, Spice Extracts, Herb Extract

- Ingredients: milk chocolate (milk, sugar, cocoa mass, cocoa butter, vegetable fat, emulsifiers: E442 and E476, flavourings), caramel (40%) (glucose syrup, hydrogenated vegetable oil, sugar, dried whey protein concentrate, salt, emulsifier: E471, flavourings). MAY CONTAIN NUT TRACES.
Milk Chocolate: Milk Solids 14% Minimum.

INGREDIENTS: WHEAT FLOUR, VEGETABLE AND HYDROGENATED VEGETABLE OIL, SUGAR, WHEAT GERM (5%), GLUCOSE SYRUP, OATMEAL, RAISING AGENTS (AMMONIUM BICARBONATE, SODIUM BICARBONATE), SALT, WHEY POWDER, FLAVOURING.
CONTAINS: WHEAT, MILK. **PRODUCED ON A LINE HANDLING SOYA AND IN A FACTORY HANDLING ALMOND, EGG, HAZELNUT BUT ON A DIFFERENT LINE.**
SUITABLE FOR VEGETARIANS.

INGREDIENTS
Wheat flour, partially hydrogenated vegetable margarine, skimmed milk powder, salt, yeast, malt flour, chilli (0.5%), sugar
Partially hydrogenated vegetable margarine contains partially hydrogenated vegetable oil, water, emulsifier mono- and diglycerides of fatty acids, citric acid
Skimmed milk powder contains skimmed milk, coconut oil, emulsifier mono- and diglycerides of fatty acids
ALLERGEN INFORMATION
Contains gluten, milk, soya and wheat
May contain traces of nuts and sesame seeds

Ingredients: sugar, cocoa butter, whole milk powder, cocoa mass, lactose, emulsifier: soya lecithin, malt extract powder, vanillin. May contain traces of peanuts, hazelnuts and almonds.
Cocoa solids: 30% min.
Milk solids: 20% min.

Mills et al

1.2.1 ΝΟΜΙΚΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ

Η επισήμανση των περισσότερων τροφίμων στην Αγγλία, ρυθμίζεται από τις διατάξεις του Food Safety Act 1990 (νόμος για την ασφάλεια των τροφίμων 1990, UK Parliament, 1990) και τη νομοθεσία για την επισήμανση τροφίμων 1996 (Food labeling Regulations, UK Parliament, 1996), καθώς και των επόμενων τροποποιήσεών της, οι οποίες καθορίζουν διατάξεις για την επισήμανση, τη παρουσίαση και τη διαφήμιση τροφίμων.

Η νομοθεσία για την επισήμανση τροφίμων του 1996, απαιτεί τα περισσότερα προπαρασκευασμένα φαγητά, εκτός ορισμένων συγκεκριμένων εξαιρέσεων, να φέρουν : ένα όνομα, ένα κατάλογο συστατικών και την ποσότητα του κύριου χρησιμοποιούμενου συστατικού, ημερομηνία, οποιεσδήποτε ειδικές συνθήκες αποθήκευσης ή χρήσης, το όνομα και τη διεύθυνση του κατασκευαστή, συσκευαστή ή ευρωπαϊκού πωλητή, οδηγίες χρήσης και τον τόπο προέλευσης του τροφίμου.

Αποτυχία παροχής των ανωτέρω πληροφοριών, μπορεί να οδηγήσει σε παραπλάνηση του καταναλωτή. (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley)

Αργότερα θεσπίζεται η Οδηγία 2000/13/EC του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου (European Commission, 2000), η οποία καθορίζει γενικές απαιτήσεις σχετικά με τη λίστα των συστατικών που χρησιμοποιούνται στα τρόφιμα. Σύμφωνα με την οδηγία αυτή θα πρέπει να επισημαίνεται σε κάθε προϊόν:

1. η ονομασία πωλήσεως
2. ο κατάλογος των συστατικών
3. η ποσότητα ορισμένων συστατικών ή κατηγοριών συστατικών σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 7
4. η καθαρή ποσότητα, για τα προσσκευασμένα τρόφιμα
5. η ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας ή στην περίπτωση των τροφίμων που είναι μικροβιολογικά εξαιρετικά αλλοιώσιμα, η τελική ημερομηνία ανάλωσης
6. οι ιδιαίτερες συνθήκες διατήρησης και χρήσεως
7. το όνομα ή η εμπορική επωνυμία και η διεύθυνση του κατασκευαστή ή του συσκευαστή ενός πωλητή εγκατεστημένου στο εσωτερικό της Κοινότητας.

Εν τούτοις, τα κράτη μέλη μπορούν, για το βούτυρο που παράγεται στην επικράτειά τους να μην απαιτούν παρά μόνον την ένδειξη του κατασκευαστή, του συσκευαστή ή του πωλητή.

8. ο τόπος καταγωγής ή προελεύσεως στις περιπτώσεις που η παράλειψη της ενδείξεως αυτής θα ήταν δυνατόν να δημιουργήσει στον καταναλωτή εσφαλμένη εντύπωση σχετικά με τον πραγματικό τόπο καταγωγής ή προελεύσεως του τροφίμου
9. οδηγίες χρήσεως στην περίπτωση στην οποία η παράλειψή τους δεν θα επέτρεπε τη σωστή χρήση του προϊόντος
10. για τα ποσά με περιεκτικότητα σε οινόπνευμα μεγαλύτερη από 1,2 % κατ' όγκο, η αναγραφή του κτηθέντος κατ' όγκο αλκοολικού τίτλου.

Εν τούτοις αυτή η νομοθεσία περιείχε διάφορες εξαιρέσεις που σήμαιναν ότι ένας καταναλωτής με διατροφικές αλλεργίες ή τροφικές δυσανοχές δε θα μπορούσε να έχει πάντα πρόσβαση σε όλες τις απαραίτητες πληροφορίες, π.χ υπήρξε ένας κανονισμός, γνωστός ως <κανόνας του 25%>, που σήμαινε ότι αν ένα συστατικό όπως το σαλάμι, αποτελούσε το λιγότερο του 25% του βάρους ενός φαγητού όπως η πίτσα, μόνο τα πρόσθετα του σαλαμιού θα έπρεπε να επισημανθούν και όχι το κοινά συστατικά του σαλαμιού καθαυτά (κρέας, λίπος, σκόνη γάλακτος, κ.ά).

Η επιθυμία των καταναλωτών για καλύτερη ενημέρωση σε συνδυασμό με την συνεχώς αυξανόμενη και σύνθετη παραγωγή τροφίμων, έχουν κάνει τώρα πια απαραίτητη την επισήμανση.

Σε απάντηση προς αυτές τις ανησυχίες, οι Σκανδιναβικές χώρες, υπέβαλαν ένα έγγραφο αίτημα αλλαγής των διεθνών κανόνων επισήμανσης τροφίμων, στην Codex Alimentarius Commission Committee on Food Labeling, με σκοπό να βοηθήσουν τους αλλεργικούς καταναλωτές (Codex Committee on Food Labelling).

Σύμφωνα με το αίτημα αυτό ο κανόνας του 25%, θα έπρεπε να αντικατασταθεί με ένα κανόνα 5% και θα έπρεπε να δημιουργηθεί μια λίστα των πιο γνωστών αλλεργιογόνων των οποίων η επισήμανση θα ήταν υποχρεωτική, ανεξάρτητα από το κανόνα του 5%.(Mills et al)
Αυτή η πρόταση εγκρίθηκε από την Codex Alimentarius Commission, ως τροποποίηση στα γενικά πρότυπα του κώδικα επισήμανσης προσυσκευασμένων τροφίμων (Codex General Standard for the Labelling of Prepackaged Foods).

Στο White Paper on food safety, η ΕΕ ανακοίνωσε τη πρόθεσή της να τροποποιήσει την οδηγία 2000/13/EC για την επισήμανση τροφίμων και με αυτό τον τρόπο αναγνώρισε την ανάγκη καλύτερης πληροφόρησης των καταναλωτών για τα αλλεργιογόνα τροφίμων (Mills et al).

Η ΕΕ στη συνέχεια τροποποιεί την οδηγία της επισήμανσης (European Union. Directive 2000/13/ EC), καταργεί τον κανόνα του 25% και απαιτεί από τους κατασκευαστές να δηλώσουν την παρουσία οποιουδήποτε αλλεργιογόνου ή παράγωγού του.

Η Ευρωπαϊκή οδηγία 2003/89/ EC (European Commission, 2003), η οποία τροποποιεί την οδηγία 2000/13/EC, τέθηκε σε ισχύ το Νοέμβριο του 2004.

Η νομοθεσία αυτή ορίζει μια λίστα συστατικών αλλεργιογόνων τροφίμων, τα οποία θα πρέπει να αναγράφονται στην ετικέτα ενός τροφίμου, όταν αυτά ή τα παράγωγά τους χρησιμοποιούνται στο τρόφιμο αυτό και πωλούνται προσυσκευασμένα στην Ευρωπαϊκή Ένωση .

Η νομοθεσία περιλαμβάνει πολλά συστατικά τροφίμων συμπεριλαμβανομένων πρόσθετων τροφίμων που χρησιμοποιούνται για τη μεταφορά και επεξεργασία τροφίμων, διαλύτες και αρώματα. Επίσης συμπεριλαμβάνει και αλκοολούχα ποτά.

Οι νέοι εθνικοί κανόνες οι οποίοι καταργούν τους κανόνες επισήμανσης τροφίμων του 1996 και εφαρμόζουν την Οδηγία 2003/89/ EC (European Commission, 2003), εφαρμόστηκαν στα κράτη μέλη της Ευρώπης το 2004.

Η Οδηγία 2003/89/ EC (European Commission, 2003), καταργεί τον κανόνα του 25% και κάποιες από τις υπάρχουσες εξαιρέσεις στην επισήμανση δεν θα ισχύουν πια.

Παλαιότερα υπήρχε η δυνατότητα της καταγραφής κάποιων συστατικών μόνο σαν κατηγορία, π.χ φυτικά έλαια. Οι νέοι κανόνες απαιτούν ότι θα πρέπει να υποδεικνύεται η πηγή όλων των αλλεργιογόνων συστατικών, έτσι ώστε για παράδειγμα ένα φυτικό έλαιο περιέχει φυσικέλαιο, αυτό θα πρέπει να διευκρινίζεται στην ετικέτα. Παρομοίως η πηγή ενός φυσικού αρώματος , όπως ενός ξηρού καρπού, θα πρέπει να επισημαίνεται και όχι να αναφέρεται με τον γενικό όρο “φυσικό άρωμα”.

Το παράρτημα IIIα της Οδηγίας 2003/89/ EC (European Commission, 2003), αναφέρει τα εξής δώδεκα (12) αλλεργιογόνα τρόφιμα και συστατικά τροφίμων, τα οποία είναι απαραίτητα να επισημαίνονται:

- ❖ Σιτηρά που περιέχουν γλουτένη (δηλαδή σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι, βρώμη, σίτος, σπέλτα, σιτηρό kamut ή οι υβριδικές τους ποικιλίες) και προϊόντα με βάση τα σιτηρά αυτά
- ❖ Καρκινοειδή και προϊόντα με βάση τα καρκινοειδή
- ❖ Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά
- ❖ Ψάρια και προϊόντα με βάση τα ψάρια

- ❖ Αραχίδες και προϊόντα με βάση τις αραχίδες
- ❖ Σόγια και προϊόντα με βάση τη σόγια
- ❖ Γάλα και προϊόντα με βάση το γάλα (συμπεριλαμβανομένης της λακτόζης)
- ❖ Καρποί με κέλυφος, δηλαδή αμύγδαλα (*Amygdalus communis* L.), φουντούκια (*Corylus avellana*), καρύδια (*Juglans regia*), καρύδια ανακαρδιωδών (*Anacardium occidentale*), καρύδια πεκάν [*Carya illinoensis* (Wangenh) K. Koch], καρύδια Βραζιλίας (*Bertholletia excelsa*), φυστίκια (*Pistacia vera*), καρποί μακαδαμίας και καρύδια Κουίνσλαντ (*Macadamia ternifolia*) και προϊόντα με βάση τα ανωτέρω
- ❖ Σέλινο και προϊόντα με βάση το σέλινο
- ❖ Μουστάρδα και προϊόντα με βάση τη μουστάρδα
- ❖ Σπόροι σησαμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σησαμιού
- ❖ Διοξείδιο του θείου και θειώδεις ενώσεις σε συγκεντρώσεις άνω των 10 mg/kg ή 10 mg/litre εκπεφρασμένο ως SO₂."

Παρόλα αυτά, υπάρχουν άτομα που είναι ευαίσθητα σε αλλεργιογόνα τα οποία δεν αναφέρονται στη λίστα αυτή. Οπότε είναι πολύ σημαντικό να επανεξετάζεται συνεχώς η λίστα αλλεργιογόνων και να ανανεώνεται από την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων. (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley)

Υπάρχει μια μεταβατική περίοδος ενός έτους για την εφαρμογή της Οδηγίας αυτής, ώστε να μπορέσουν οι κατασκευαστές τροφίμων να κάνουν τις απαραίτητες αλλαγές στις ετικέτες.

Προϊόντα χωρίς σωστή επισήμανση δεν επιτρεπόταν να πωλούνται μετά τις 25 Νοεμβρίου του 2005, ενώ προϊόντα ήδη επισημασμένα, μπορούν να πωλούνται μέχρι να τελειώσουν τα αποθέματα (παλαιό stock).

Υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός παραγόντων που καθορίζουν αν ένα αλλεργικό άτομο εμφανίσει αλλεργική αντίδραση μετά από έκθεση σε αλλεργιογόνο. Για παράδειγμα στην περίπτωση των φιστικιών, κάποια άτομα αντιδρούν σε 0,1mg πρωτεΐνης φιστικιού, ενώ άλλοι μπορούν να ανεχτούν μέχρι και ένα γραμμάριο πριν να εμφανίσουν αλλεργική αντίδραση. Επίσης ακόμα και το ίδιο άτομο σε διαφορετικές περιπτώσεις μπορεί να εμφανίσει διαφορετικές αλλεργικές αντιδράσεις.

Γι αυτό δεν είναι δυνατόν να τεθούν συγκεκριμένα κατώτατα όρια ανεκτών επιπέδων σε αλλεργιογόνα (European Food Safety Authority, 2004).

Παρόλα αυτά, συστατικά που προκύπτουν από αυτά τα καταγεγραμμένα στη λίστα αλλεργιογόνα τρόφιμα, μετά από πολύ καλή επεξεργασία είναι απίθανο να προκαλέσουν απειλή για καταναλωτές με τροφικές αλλεργίες. (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley)

Επιπλέον άλλες ουσίες που μπορεί να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις, μπορούν να χρησιμοποιηθούν με τέτοιο τρόπο, ώστε το τελικό προϊόν να μην αποτελεί κίνδυνο για τον αλλεργικό καταναλωτή.

Κατά τις διαπραγματεύσεις για την Οδηγία 2003/89/ EC (European Commission, 2003), η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, αποφάσισε ότι εκείνα τα παράγωγα που δεν είναι πιθανό ή δεν είναι ιδιαίτερα πιθανό να προκαλέσουν ανεπιθύμητες αντιδράσεις σε ευπαθή άτομα, θα έπρεπε να εξαιρεθούν προσωρινά από τις απαιτήσεις επισήμανσης.

Ζητήθηκε λοιπόν από τους παρασκευαστές τροφίμων ή ενώσεις τους πραγματοποιούν επιστημονικές μελέτες να υποβάλουν πληροφορίες που θα υποστήριζαν την εξαίρεση συγκεκριμένων παραγώγων προϊόντων.

Βάσει των στοιχείων που παρείχαν οι αιτούντες καθώς και άλλων διαθέσιμων στοιχείων, η EFSA θεώρησε ότι ορισμένα προϊόντα συστατικών δεν είναι πιθανό ή δεν είναι ιδιαίτερα πιθανό να προκαλέσουν ανεπιθύμητες αντιδράσεις σε ευπαθή άτομα.

Ως εκ τούτου, τα εν λόγω προϊόντα ή συστατικά που πληρούν τους όρους αυτούς εξαιρέθηκαν προσωρινά από τις απαιτήσεις επισήμανσης της Οδηγίας 2003/89/ EC (European Commission, 2003), η οποία τέθηκε σε ισχύ το Νοέμβριο του 2004.

Όμως η βιομηχανία θα πρέπει να υποβάλλει περισσότερες πληροφορίες για αυτά τα συστατικά, ώστε να αξιολογηθούν από την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων και να εκδοθεί η τελική λίστα με τα εξαιρούμενα παράγωγα συστατικών.

Η λίστα των προσωρινά εξαιρούμενων παραγώγων συστατικών, δημοσιεύτηκε ως παράρτημα της Οδηγίας 2005/26/ EC (European Commission, 2005) και είναι τα εξής:

- ❖ Σιτηρά που περιέχουν γλουτένη | Σιρόπια γλυκόζης με βάση το σιτάρι, συμπεριλαμβανομένης της δεξτρόζης, Μαλτο-δεξτρίνες με βάση το σιτάρι, Σιρόπια γλυκόζης με βάση το κριθάρι, Δημητριακά που χρησιμοποιούνται σε αποστάγματα για αλκοολούχα ποτά
- ❖ Αυγά | Λυσοζύμη (παραχθείσα από αυγά) που χρησιμοποιείται σε οίνους, Αλβουμίνη (παραχθείσα από αυγά) που χρησιμοποιείται ως διαυγαστικό μέσο σε οίνους και οίνους εξ οπωρών

- ❖ Ψάρια | Ζελατίνη ψαριών που χρησιμοποιείται ως φορέας βιταμινών και αρωματικών υλών, Ζελατίνη ψαριών ή ιχθυόκολλα που χρησιμοποιείται ως διαυγαστικό μέσο σε μπίρες, οίνους εξ οπωρών και οίνους
- ❖ Σόγια | Πλήρως ραφινάρισμένο σογιέλαιο και λίπη που προέρχονται από σόγια Τοκοφερόλες που έχουν αναμειχθεί με φυσιολογικό τρόπο (E306), φυσική D-άλφα τοκοφερόλη, φυσική D-άλφα οξική τοκοφερόλη, φυσική D-άλφα ηλεκτρική τοκοφερόλη από σπέρματα σόγιας, Φυτοστερόλες και φυτοστερολεστέρες που προέρχονται από φυτικά έλαια από σπέρματα σόγιας, Φυτοστανολεστέρας που παράγεται από στερόλες φυτικών ελαίων από σπέρματα σόγιας
- ❖ Γάλα | Ορός γάλακτος που χρησιμοποιείται σε αποστάγματα για αλκοολούχα ποτά, Λακτιτόλη, Προϊόντα με βάση το γάλα (καζεΐνη) που χρησιμοποιούνται ως διαυγαστικό μέσο σε οίνους εξ οπωρών και οίνους
- ❖ Καρποί με κέλυφος | Καρποί με κέλυφος που χρησιμοποιούνται σε αποστάγματα για αλκοολούχα ποτά, Καρποί με κέλυφος (αμύγδαλα, καρύδια) που χρησιμοποιούνται (ως αρωματική ύλη) σε αλκοολούχα ποτά
- ❖ Σέλινο | Έλαια από φύλλα και σπόρους σέλινου, Ελαιορητίνη από σπόρους σέλινου
- ❖ Μουστάρδα | Έλαια σινάπεως, Έλαια σπόρων σινάπεως, Ελαιορητίνη σπόρων σινάπεως

Η μόνιμη λίστα των εξαιρέσεων αναμένεται να δημοσιευτεί μέχρι το Νοέμβριο του 2007.

Το εξευγενισμένο φιστικέλαιο, δεν συμπεριλαμβάνεται στη λίστα των εξαιρουμένων παραγώγων, γιατί σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων, μπορεί να προκαλέσει αλλεργικές αντιδράσεις σε άτομα με υψηλή ευαισθησία στα φιστίκια.

Αυτός ο κανονισμός, θα έχει επιπτώσεις και στη βιομηχανία τροφίμων, η οποία θα πρέπει να αναφέρει τη χρήση αυτού του ελαίου στην ετικέτα, αλλά και στους αλλεργικούς στα φιστίκια καταναλωτές, των οποίων οι τροφικές επιλογές περιορίζονται περαιτέρω. (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley)

1.2.2 ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ ΣΕ ΧΩΡΕΣ ΕΚΤΟΣ ΕΥΡΩΠΑΙΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ

Παρ' όλο που διαφορετική νομοθεσία και οδηγίες έχουν αναπτυχθεί από διάφορους εθνικούς και διεθνείς οργανισμούς, πολλές φορές παρουσιάζουν ομοιότητες.

Για παράδειγμα στη Ν.Ζηλανδία της Αυστραλίας το 2002, τα πρότυπα τροφίμων αναφέρουν ότι υπάρχουν οκτώ (8) βασικά αλλεργιογόνα (θαλασσινά, γάλα, φιστίκια, ξηροί καρποί, σουσαμόσποροι, σόγια, σιτηρά και αυγά), τα οποία θα πρέπει να επισημαίνονται πάνω στην ετικέτα τροφίμου, ανεξαρτήτου ποσότητας.

Στην Αμερική, σύμφωνα με το νόμο προστασίας καταναλωτών (US Congress,2004), για την επισήμανση αλλεργιογόνων τροφίμων είναι υποχρεωμένοι να επισημαίνουν σε απλή γλώσσα, την παρουσία οποιουδήποτε από τα οκτώ βασικά αλλεργιογόνα.

Επίσης οι ετικέτες θα πρέπει να αναφέρουν την παρουσία αλλεργιογόνων σε ουσίες που χρησιμοποιούνται ως αρώματα, πρόσθετα και χρωστικές.

Επιπροσθέτως ο νόμος αυτός αναγκάζει το Τμήμα Υγείας Ανθρωπίνων Υπηρεσιών (Department of Health and Human Services,2001), να βελτιώσει τη συλλογή στοιχείων για τις τροφικές αλλεργίες και μία ομάδα ειδικών να ελέγξει τις βιομηχανίες τροφίμων και τον τρόπο με τον οποίο αυτές μπορούν να μειώσουν την επιμόλυνση σε μια χρονική περίοδο δύο ετών. Τέλος αναγκάζει το Τμήμα να προετοιμάσει οδηγίες σχετικά με την ύπαρξη αλλεργιογόνων σε εστιατόρια και άλλες εγκαταστάσεις υπηρεσιών τροφίμων, καθώς και να διερευνήσει την προτίμηση των καταναλωτών, σχετικά με την προληπτική επισήμανση. (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley)

1.2.3 ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ

Οι αλλεργικοί καταναλωτές όταν ψωνίζουν, χρειάζονται ακριβή επισήμανση των αλλεργιογόνων συστατικών, αλλά και των πιθανών επιμολύνσεων, έτσι ώστε να μπορέσουν να κάνουν σωστές αγοραστικές επιλογές.

Η παρουσία ενός αδήλωτου (έστω και ακούσια) αλλεργιογόνου σε τρόφιμο που προορίζεται για κατανάλωση, μπορεί να αποβεί μοιραία.

Με τις νέες μεθόδους επεξεργασίας, μπορεί ένα τρόφιμο που δεν θα έπρεπε να περιέχει ένα συγκεκριμένο αλλεργιογόνο συστατικό, να παράγεται στο ίδιο εργοστάσιο, ή ακόμα και στην ίδια γραμμή παραγωγής με ένα τρόφιμο που περιέχει το αλλεργιογόνο συστατικό.

Για παράδειγμα, απλά μπισκότα μπορεί να παράγονται στην ίδια γραμμή με μπισκότα που περιέχουν ξηρούς καρπούς.

Ένας τομέας στον οποίο η πληροφόρηση συνεχώς αυξάνεται, σχετίζεται με την πιθανότητα επιμόλυνσης με αλλεργιογόνα κατά τη διάρκεια παρασκευής των τροφίμων (M.Boden, R.Dadswell and S.Hattersley).

Συνήθως αυτή η πληροφορία αναφέρεται ως : “μπορεί να περιέχει”.

Ο όρος “μπορεί να περιέχει” στην επισήμανση εισήχθη από τους κατασκευαστές και τους λιανοπωλητές για να παρέχει τις πληροφορίες στους καταναλωτές για την ακούσια παρουσία συστατικών σε συσκευασμένα τρόφιμα. Δεν υπάρχει καμία νομική απαίτηση να χρησιμοποιηθεί αυτός ο τύπος προληπτικής επισήμανσης και δεν υπάρχει καμία οδηγία για την κατάλληλη χρήση του, αφού οι νομικές απαιτήσεις για την επισήμανση των αλλεργιογόνων τροφίμων, που αναφέρονται στην Οδηγία 2003/89/EC (European Commission, 2003), δεν καλύπτουν την ακούσια παρουσία αυτών των αλλεργιογόνων σε προσυσκευασμένα τρόφιμα, που μπορεί να προκύψει από την επιμόλυνση με τα αλλεργιογόνα σε κάποιο στάδιο της παρασκευής ή μεταφοράς του τροφίμου.

Για αυτόν τον λόγο, η Food Standards Agency στη UK έχει καταρτίσει ένα σχέδιο εγγράφου σχετικά με αυτό το ζήτημα σε συνεργασία με τους συμμετόχους που έχει εκδοθεί για τις διαβουλεύσεις

([http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/allergenlabelguidance05 .pdf](http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/allergenlabelguidance05.pdf)).

Σύμφωνα με μια μελέτη του 1999 στη Αμερική, περίπου το 40% των αδήλωτων αλλεργιογόνων στα τρόφιμα είχαν προέλθει από επιμόλυνση (cross-contamination), και μόλις το 5% από λάθη των κατασκευαστών ή της αλυσίδας παραγωγής (Vierk K, Falci K, Wolyniah C, Klontz KC). Σύμφωνα με μια πιο πρόσφατη μελέτη, περίπου το 31% των σοκολατών στην Δυτική Ευρώπη και 62% στην Ανατολική, περιείχαν αδήλωτα φιστίκια

(Vadas P, Perelman B). Αυτές οι μελέτες δείχνουν ότι υπάρχουν αδήλωτα αλλεργιογόνα στα τρόφιμα και χωρίς συγκεκριμένα κατώτατα όρια, δεν γνωρίζουμε αν θα προκαλέσουν αλλεργική αντίδραση σε ευαίσθητους καταναλωτές.

Δυστυχώς οι περισσότερες εγκαταστάσεις και συστήματα κατασκευάστηκαν πριν από την εισαγωγή της υποχρεωτικής επισήμανσης αλλεργιογόνου κατά συνέπεια είναι δύσκολο για τη βιομηχανία τροφίμων να εξασφαλίσει την αποφυγή επιμόλυνσης. Αυτό σε συνδυασμό με το γεγονός ότι οι περισσότερες βιομηχανίες δεν διαθέτουν τα κατάλληλα συστήματα ελέγχου, οδηγεί τους κατασκευαστές να υιοθετούν τη προληπτική επισήμανση για να αποφύγουν την ευθύνη για την παρουσία αδήλωτων αλλεργιογόνων συστατικών στα τρόφιμά τους (Arjon J. van Hengel).

Παρά ταύτα, ενώ η ενημέρωση για μια τέτοια επιμόλυνση είναι χρήσιμη για τους αλλεργικούς καταναλωτές, υπάρχει μια γενική συμφωνία μεταξύ των βιομηχανιών των καταναλωτών και των διαφόρων σωματείων, ότι η προληπτική επισήμανση πρέπει να χρησιμοποιηθεί ως τελευταία λύση. Έτσι μόνο όταν οι κατασκευαστές, αφού έχουν συμμορφωθεί με όλους τους κανονισμούς και έχουν κάνει όλους τους απαραίτητους ελέγχους, δεν μπορούν να διασφαλίσουν τη μη παρουσία τέτοιων αλλεργιογόνων από επιμόλυνση, πρέπει να καταφεύγουν σε αυτό τον τρόπο καταγραφής επισήμανσης. Όταν η προληπτική επισήμανση χρησιμοποιείται εκτενώς, περιορίζει τις επιλογές του καταναλωτή. Ένα δεύτερο σημαντικό μειονέκτημα της περιττής κατάχρησης ή της γενικής χρήσης της προληπτικής επισήμανσης είναι διάβρωση του μηνύματος. Οι αλλεργικοί καταναλωτές θα αρχίσουν να αγνοούν αυτόν τον τύπο ετικέτας εκτιθέμενοι έτσι στους πιθανούς κινδύνους. Γι αυτούς απαιτούνται σαφείς δηλώσεις, θετικές, για παράδειγμα: “αυτό το προϊόν είναι ελεύθερο ξηρών καρπών” , ή αρνητικές όπως: “Μη κατάλληλο για άτομα με αλλεργία στο αυγό” .

Σύμφωνα με μια μελέτη από το UK Food Standards Agency (<http://www.foodstandarts.gov.uk/multimedia/pdfs/nutallergyresearch.pdf>), η πλειονότητα των αλλεργικών καταναλωτών λάμβαναν το ρίσκο να καταναλώσουν προϊόντα με προληπτική επισήμανση αλλεργιογόνων (risk-takers), και μόνο λίγοι απέφευγαν να τα αγοράσουν (total-avoiders).

Ένας άλλος τύπος προληπτικής επισήμανσης περιέχει πληροφορίες για την παρουσία αλλεργιογόνων στο περιβάλλον παραγωγής του προϊόντος.

Δηλώσεις όπως “το προϊόν κατασκευάζεται σε μια γραμμή παραγωγής που επίσης χειρίζεται” ή “το προϊόν παρασκευάζεται σε εργοστάσιο που επίσης χειρίζεται” που

ακολουθούνται από το όνομα του αλλεργιογόνου(ων) είναι παραδείγματα αυτού. (Arjon J. van Hengel)

Ενώ γίνεται μεγάλη πρόοδος, μέσω της νέας νομοθεσίας, για την προστασία των αλλεργικών καταναλωτών, η διαδεδομένη χρήση της προληπτικής επισήμανσης μπορεί να αναιρέσει αυτή την πρόοδο. Ομάδες αλλεργικών καταναλωτών όπως οι EFA, ζητούν από την Ευρωπαϊκή Ένωση να θεσπίσει νομοθεσία και για την προληπτική επισήμανση. Επίσης επείγον και αναγκαίο είναι να θεσπιστεί νομοθεσία γενικά για τα τρόφιμα που πωλούνται χωρίς συσκευασία, π.χ. αυτά των εστιατορίων, catering, fast-food, και όχι μόνο για τα συσκευασμένα, καθώς σημαντικός αριθμός αλλεργικών αντιδράσεων έχει καταγραφεί σε καταναλωτές που έτρωγαν έξω (Bock SA, Munoz-Furlong A, Sampson HA).

1.2.4 ΑΛΛΕΡΓΙΚΟΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΕΣ: απαιτήσεις για ασφάλεια

Οι αλλεργικοί καταναλωτές προκειμένου να επιλέξουν πιο τρόφιμο θα αγοράσουν, βασίζονται στην ετικέτα. Για το λόγο αυτό όλα τα συστατικά του προϊόντος πρέπει να επισημαίνονται με σαφή, κατανοητό και ευανάγνωστο τρόπο (7th EFA Conference. <http://www.efanet.org>). Η απαίτηση ομάδων ασθενών, όπως European Federation of Allergy και Airways Diseases Patients Associations (EFA), είναι ότι: “οι ασθενείς με τροφικές αλλεργίες και τροφικές ευαισθησίες έχουν το δικαίωμα να γνωρίζουν πια τρόφιμα έχουν αλλεργιογόνα συστατικά”(Mills et al).

Οι γενικές απαιτήσεις είναι:

1. Τα συστατικά και οι ουσίες που είναι πιο κοινά στην πρόκληση αλλεργιών, πρέπει να καταγράφονται και να επισημαίνονται χωρίς εξαίρεση και με σαφή αναφορά στο γνωστό όνομά τους.
2. Ο κατάλογος συστατικών και ουσιών που προκαλούν αλλεργίες, θα πρέπει να ενημερώνεται με βάση τα νέα επιστημονικά δεδομένα για τις τροφικές αλλεργίες και τα αλλεργιογόνα.
3. Θα πρέπει να υπάρχουν περιορισμοί σε σχέση με την ελαστικότητα επισήμανσης συστατικών που βρίσκονται σε μικρές συγκεντρώσεις στο προϊόν.
4. Οι εξαιρέσεις στην επισήμανση σύνθετων ουσιών (ουσιών που αποτελούνται από ένα αριθμό διαφορετικών συστατικών που χρησιμοποιούνται συχνά στα τρόφιμα, όπως η σοκολάτα γάλακτος), θα πρέπει να είναι αυστηρώς περιορισμένες.

Οι ακριβείς ανάγκες των αλλεργικών καταναλωτών εξαρτώνται από τη φύση της κατάστασής τους. Αυτοί που είναι απλά ευαίσθητοι σε ένα συστατικό (όπως με την κοιλιοκάκη), έχουν διαφορετικές απαιτήσεις από αυτούς που έστω και η παραμικρή έκθεση σε ένα αλλεργιογόνο μπορεί να αποβεί μοιραία.

Δυστυχώς όμως η διαφοροποίηση στις ανάγκες των ασθενών αυτών για ρυθμιστικούς – νομοθετικούς λόγους, δεν πραγματοποιείται (Mills et al)



1.2.5 ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΓΝΩΣΤΩΝ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ

Σύμφωνα με την τρέχουσα προσέγγιση στη διαχείριση του κινδύνου αλλεργιογόνων στη βιομηχανία τροφίμων, οι υπεύθυνοι αναγνωρίζουν ότι ο έλεγχος θα πρέπει να γίνεται σε ολόκληρο τον κύκλο ζωής ενός προϊόντος, από το σχεδιασμό του, μέχρι και τη κατανάλωσή του. Σημαντικοί κατασκευαστές τροφίμων έχουν επινοήσει συγκεκριμένες εταιρικές πολιτικές για το χειρισμό αλλεργιογόνων, οι οποίες συμπληρώνονται από οδηγίες που παρέχουν πρακτικές συμβουλές σε μεμονωμένες μονάδες παρασκευής.

Αυτές οι μέθοδοι εξασφαλίζουν ότι υπάρχει ένα υψηλό κατώτατο επίπεδο για το χειρισμό των αλλεργιογόνων σε όλη την επιχείρηση π.χ η Unilever έχει μία πολιτική για την εξέταση των αλλεργιογόνων, σύμφωνα με την οποία θα δηλώνει την παρουσία στα προϊόντα της οποιουδήποτε αλλεργιογόνου που αποτελεί αιτία αλλεργικών αντιδράσεων, ή τουλάχιστον οποιουδήποτε αλλεργιογόνου απαιτείται από τους τοπικούς κανονισμούς να δηλωθεί (R. Crevel).

Εκτός όμως από τα κοινά αλλεργιογόνα, εάν κλινικά ή επιδημιολογικά στοιχεία το απαιτήσουν, ένα μη κοινό αλλεργιογόνο μπορεί να αξιολογηθεί από τις εταιρείες, και σε περίπτωση που ταξινομηθεί έπειτα ως κοινή αιτία αλλεργικών αντιδράσεων, τότε αρχίζει να δηλώνεται στις ετικέτες και να περιλαμβάνεται στην ανάλυση κινδύνου και τα κρίσιμα σχέδια σημείου ελέγχου (Food and Agriculture Organization, 1998).

Υπάρχουν δύο βασικοί τρόποι προστασίας των αλλεργικών καταναλωτών: ο πρώτος είναι η σωστή ενημέρωση και ο δεύτερος είναι να διασφαλιστεί ότι η παρουσία κάποιου αλλεργιογόνου σε ένα προϊόν είναι σε τέτοια κατώτατα επίπεδα, που δεν μπορεί να αποτελέσει κίνδυνο.

Η πληροφόρηση παρέχεται μέσω της σωστής και έγκαιρης επισήμανσης.

Για το λόγο αυτό πρέπει να χρησιμοποιούνται τέτοιοι όροι που να είναι κατανοητοί για τον απλό καταναλωτή και όχι τεχνικοί και δυσνόητοι π.χ. ο όρος “πρωτεΐνες γάλακτος” είναι προτιμότερος από τον όρο “ορός γάλακτος” ή “καζεΐνη” και ας είναι τεχνικά ακριβέστεροι οι δεύτεροι.

Όσον αφορά το δεύτερο τρόπο προστασίας του αλλεργικού καταναλωτή, οι διάφοροι κατασκευαστές τροφίμων έχουν προετοιμάσει συγκεκριμένες οδηγίες για να αποφύγουν την ακούσια παρουσία συγκεκριμένων αλλεργιογόνων στα τρόφιμα.

Αυτές οι οδηγίες επεξηγούν πώς αυτή η διαδικασία απαιτεί την εκτίμηση όλων των σταδίων στον κύκλο ζωής ενός προϊόντος, από το σχεδιασμό του και την προέλευση των πρώτων υλών, μέχρι την κατασκευή, την επισήμανση και τη διανομή του.

Συγκεκριμένα θα πρέπει να εξετάσει:

- Την *καινοτομία*: Αν δηλαδή η χρήση του αλλεργιογόνου συστατικού είναι απαραίτητη για τη λειτουργία του προϊόντος, ή θα μπορούσε ένα ισοδύναμο μη αλλεργιογόνο συστατικό, να εξυπηρετήσει επίσης.
- *Αλυσίδα ανεφοδιασμού*: Ο έλεγχος των αλλεργιογόνων στην αλυσίδα ανεφοδιασμού απαιτεί μια στενή σχέση με τους προμηθευτές, έτσι ώστε να καταλαβαίνουν τις ανάγκες του κατασκευαστή και να μπορούν να καλύψουν τις απαιτήσεις του. Τυπικά η βάση αξιολόγησης των προμηθευτών, είναι ένα ερωτηματολόγιο σχετικά με τη διαχείριση των αλλεργιογόνων και τις προφυλάξεις που λαμβάνουν για την αποφυγή της επιμόλυνσης, συμπεριλαμβανομένης της ύπαρξης ανάλυσης κινδύνου και ενός σχεδίου κρίσιμου σημείου ελέγχου. Εκτός από το ερωτηματολόγιο οι κατασκευαστές πραγματοποιούν περιοδικούς ελέγχους στις εγκαταστάσεις των προμηθευτών. Επιπλέον οι προμηθευτές είναι υποχρεωμένοι να ζητήσουν τη συγκατάθεση της εταιρείας, για οποιαδήποτε αλλαγή στο συστατικό που προμηθεύουν.
- *Πρωτόκολλα κατασκευής* :Τα πρωτόκολλα αυτά αποτελούν ένα επίσης σημαντικό στάδιο. Τα κυριότερα στοιχεία του είναι : Ο συνυπολογισμός των κοινών αλλεργιογόνων στην ανάλυση κινδύνου και στο κρίσιμο σημείο ελέγχου, σχεδιασμός της παραγωγής ώστε να ελαχιστοποιηθεί η επιμόλυνση, σωστές διαδικασίες καθαρισμού, σαφής επισήμανση και διαχωρισμός συγκεκριμένων αλλεργιογόνων συστατικών στο εργοστάσιο. Η εκπαίδευση του προσωπικού στην κατανόηση της σημαντικότητας των διαδικασιών ελέγχου αλλεργιογόνων, είναι ζωτικής σημασίας.
- *Συσκευασία, προώθηση και διαφήμιση* : Η συσκευασία φέρει την ετικέτα και επομένως την πληροφόρηση αλλεργιογόνων. Θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη φροντίδα ώστε να διασφαλιστεί ότι η πληροφορία θα παραμείνει στο προϊόν, μέχρι την παραλαβή του από τον καταναλωτή. Επίσης θα πρέπει να υπάρχουν προειδοποιήσεις σε περίπτωση που η σύσταση έχει αλλάξει και περιλαμβάνει ένα αλλεργιογόνο συστατικό που σε παλαιότερο προϊόν δεν ήταν παρών.
- *Πωλητές* : Συνήθως η παροχή πληροφοριών από τον κατασκευαστή, είναι αρκετή. Εντούτοις καταστάσεις, όπως προωθήσεις καταστημάτων, απαιτούν ιδιαίτερη φροντίδα ώστε να εξασφαλίσουν ότι ο καταναλωτής ενημερώνεται πλήρως.

Ένα “υγιές προϊόν” που αποτυγχάνει να ανταποκριθεί σε όλα τα πρότυπα για τη γενική πώληση, μπορεί να επανασυσκευαστεί και να πωληθεί ακόμα και σε διαφορετικές αγορές. Ο κατασκευαστής θα πρέπει να διασφαλίσει ότι οι πληροφορίες για τα αλλεργιογόνα διατηρούνται και είναι διαθέσιμες για τον τελικό καταναλωτή.

- *Επαγγελματίες τροφίμων* : Οι περισσότερες αλλεργικές αντιδράσεις στα τρόφιμα συμβαίνουν εκτός σπιτιού, σε συνθήκες που τα τρόφιμα δεν φέρουν επισήμανση, π.χ σε εστιατόρια, όπου ακόμα και αν ερωτηθούν οι επαγγελματίες τροφίμων, συνήθως αποτυγχάνουν να παρέχουν τις σωστές πληροφορίες. Ακόμα και σ’ αυτόν τον τομέα, όταν παρέχονται προπαρασκευασμένα τρόφιμα, ο κατασκευαστής έχει την ευθύνη να εξασφαλίσει ότι έγκυρες πληροφορίες αλλεργιογόνων παρέχονται και μεταβιβάζονται στον καταναλωτή (R. Crevel).

ЖКОПД

2. ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι ο έλεγχος και η αξιολόγηση της επί του παρόντος επισημάνσεως συγκεκριμένων αλλεργιογόνων [φιστίκι ή τα παράγωγά του, αυγά ή τα παράγωγά τους, γάλα ή τα παράγωγά του, σουσάμι ή τα παράγωγά του, καρπούς δέντρων(αμύγδαλα, καρύδια, κάσιους, φουντούκια, κ.α.) και των παραγώγων τους σε 198 επιλεγμένα τρόφιμα (μπισκότα, σοκολάτες υγείας και γάλακτος, ψωμί συσκευασμένο) της ελληνικής αγοράς(παράρτημα, πίνακας1) από πλευράς:

- Νομοθεσίας (Ελληνική και ευρωπαϊκή)
- Έρευνα αγοράς σε 2 μεγάλα καταστήματα τροφίμων (Carrefour και My Market)
- Μέτρων που λαμβάνουν οι βιομηχανίες, ώστε να αποφύγουν την μόλυνση των προϊόντων (επίσκεψη-τηλεφωνική επικοινωνία με βιομηχανίες ION, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, KRAFT, ELBISCO)

Με τα παρόντα αποτελέσματα διερευνήθηκε η ισχύς των μέτρων που λαμβάνονται για την ασφάλεια των αλλεργικών καταναλωτών και τη διαθεσιμότητα σε προϊόντα ευρείας κατανάλωσης για τους συγκεκριμένους ασθενείς.

МЕДИОЛОГІА

3. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Αρχικά έγινε διερεύνηση και καταγραφή της ευρωπαϊκής νομοθεσίας που αφορά στην επισημάνση αλλεργιογόνων, μέσω του επίσημου site <http://europa.eu/> αλλά και τον ΕΦΕΤ. Με βάση την εμπειρία από την παρακολούθηση αλλεργικών ασθενών στο Αλλεργιολογικό τμήμα του νοσοκομείου ΠΑΙΔΩΝ Αγλαΐα Κυριακού, αποφανθήκαμε για τις κατηγορίες εκείνες των προϊόντων της ελληνικής αγοράς που κυρίως ενδιαφέρει η διαθεσιμότητά τους, τους αλλεργικούς ασθενείς. Ασχοληθήκαμε λοιπόν με τις σοκολάτες υγείας και γάλακτος, τα μπισκότα και τα συσκευασμένα ψωμιά.

Κατόπιν πραγματοποιήθηκε επίσκεψη σε 2 μεγάλα πολυκαταστήματα τροφίμων (super market Carrefour και My Market- Απρίλιος, Μάιος 2007)), όπου και καταγράφηκε με λεπτομέρεια η σύσταση τους όπως αυτή αναγραφόταν στην ετικέτα του κάθε τροφίμου. Στη συνέχεια ήρθαμε σε επαφή(επίσκεψη ή τηλεφωνική επικοινωνία) με 5 βιομηχανίες τροφίμων (ION, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, KRAFT, ΑΛΛΑΤΙΝΗ, KRIS KRIS), στις οποίες ανήκε η πλειοψηφία των προϊόντων μας.

Για την επικοινωνία με τις εταιρίες χρησιμοποιήθηκε μια φόρμα καταγραφής αλλεργιογόνων συστατικών για προμηθευτές και παραγωγούς τροφίμων(παράρτημα, πίνακας2) την οποία πήραμε από το Food Standarts Agency, 2005 και τη μεταφράσαμε στα ελληνικά(πίνακας 1).

Ο σκοπός αυτής της φόρμας ήταν η διερεύνηση των κρυφών αλλεργιογόνων συστατικών που περιέχονται στα προϊόντα καθώς και η προέλευση αυτών, δηλαδή εάν η μόλυνση στα προϊόντα οφείλεται στην ύπαρξη αλλεργιογόνων στο χώρο της βιομηχανίας, ή στην κοινή γραμμή παραγωγής, στον ελλιπή έλεγχο, σε σφάλμα του προμηθευτή κ.α.

Επίσης χρησιμοποιήθηκε και ένα ερωτηματολόγιο(πίνακας 2), σκοπός του οποίου ήταν να διερευνηθεί η κατάρτιση των ατόμων που εργάζονται στις βιομηχανίες τροφίμων σε ότι αφορά τη νομοθεσία για τα αλλεργιογόνα και τα μέτρα που λαμβάνονται ώστε να διασφαλίσουν ότι ένα προϊόν είναι ελεύθερο αλλεργιογόνων(allergen free).

Αφού συγκεντρώθηκαν όλα τα δεδομένα, κατασκευάστηκαν πίνακες με ποσοστά για κάθε αλλεργιογόνο που υπάρχει, ή μπορεί να υπάρχει στα προϊόντα που μελετήθηκαν καθώς και όλους τους διαφορετικούς τρόπους καταγραφής τους που συναντήσαμε.

ΠΙΝΑΚΑΣΙ

ΛΙΣΤΑ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ ΓΙΑ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΩΓΟΥΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Αρχική φόρμα ☐ Τροποποιημένη φόρμα ☐

Όνομα προϊόντος:..... UPC#.....

Συμπληρώστε τα παρακάτω για κάθε προϊόν.

Η στήλη I υποδηλώνει τα αλλεργιογόνα που μπορεί να βρεθούν στο προϊόν από προσθήκη, ή επιμόλυνση (από άλλα προϊόντα)

Η στήλη II υποδηλώνει τα αλλεργιογόνα που μπορεί να υπάρχουν σε άλλα προϊόντα που χρησιμοποιούν τον ίδιο εξοπλισμό, διαφορετική χρονική στιγμή.

Η στήλη III υποδηλώνει αν υπάρχουν οποιαδήποτε αλλεργιογόνα στο πλάνο σας.

Συμπληρώστε τα κελιά με ένα ΝΑΙ ή ΟΧΙ και όταν πρέπει, το όνομα του συστατικού. Μην αφήσετε άδεια κελιά.

	Στήλη I	Στήλη II	Στήλη III
Συστατικά	Παρόν στο προϊόν	Παρόν σε άλλα προϊόντα που προέρχονται από την ίδια γραμμή παραγωγής	Παρόν στο ίδιο βιομηχανικό πλάνο
Γενικά			
Φιστίκι ή τα παράγωγά του			
Καρπούς δέντρων (αμύγδαλα, καρύδια, κάσιους, φουντούκια, κ.α.) και τα παράγωγά τους			
Σουσάμι ή τα παράγωγά του			
Γάλα ή τα παράγωγά του			
Αυγά ή τα παράγωγά τους			
Ψάρια ή τα παράγωγά τους			
Οστρακοειδή ή τα παράγωγά τους			
Σόγια ή τα παράγωγά της π.χ. λεκιθίνη			
Σιτάρι ή τα παράγωγά του π.χ. αλεύρι			
Σουλφίδες π.χ.....			
Άλλα που θεωρούνται χρήσιμα			

Έχετε διαδικασίες αποφυγής επιμόλυνσης του προϊόντος με αλλεργιογόνα που δεν είναι παρόντα στο προϊόν, αλλά είναι σημειωμένα στις στήλες II και III? ΝΑΙ ΟΧΙ

Παρακαλώ επισυνάψτε την ταμπέλα ενός έτοιμου προϊόντος σε αυτή τη φόρμα. Αν για οποιοδήποτε λόγο υπάρξουν αλλαγές στο προϊόν, είστε υπεύθυνοι για την ενημέρωση των δεδομένων σας, αλλά και για την άμεση ενημέρωση μας.

Διεύθυνση προμηθευτή:.....

Τρόπος επαφής με τον προμηθευτή:.....

Ημερομηνία:.....

Υπογραφή

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

1. Τι γνωρίζετε για την νομοθεσία όσον αφορά την επισήμανση αλλεργιογόνων?
2. Παίρνετε κάποια συγκεκριμένα μέτρα για την αλλεργιογονικότητα?
3. Πώς καθαρίζετε τη γραμμή παραγωγής?
4. Υπάρχει κάποιο προϊόν που να έχει ξεχωριστή γραμμή?
5. Πόσο ασφαλή είναι τα προϊόντα σας? Θα συστήνατε την κατανάλωσή τους σε άτομα με αλλεργίες?

ПОТРЕБИТЕЛ

4.1 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

Στοιχεία που αφορούν στην κατάρτιση των ατόμων που εργαζονται στις βιομηχανίες τροφίμων σ' ο,τι αφορά την νομοθεσία για τα αλλεργιογόνα και τα μέτρα που λαμβάνονται με βάση αυτή από τις βιομηχανίες

Στην ερώτηση που αφορά την γνώση της νομοθεσίας για τα αλλεργιογόνα, οι υπεύθυνοι από τις βιομηχανίες ION, ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ, KRAFT και ELBISCO(ΑΛΛΑΤΙΝΗ & KRIS KRIS) ανέφεραν ότι έχουν πλήρη γνώση της νομοθεσίας. Σύμφωνα μ' αυτή είναι υποχρεωμένοι να αναγράφουν σαφώς και λεπτομερώς όλα τα συστατικά που περιέχονται σε κάθε τρόφιμο με ακριβή ποσότητα και ποσοστά. Βέβαια δεν υπάρχει μια συγκεκριμένη ενιαία φόρμα καταγραφής. Η κάθε εταιρία μπορεί να τα αναγράφει με όποιο τρόπο θέλει. Επίσης όταν δεν είναι σίγουροι για την παρουσία ή απουσία κάποιου αλλεργιογόνου, χρησιμοποιούν την προληπτική επισήμανση, αφενός για να ενημερώσουν και να προφυλάξουν έναν αλλεργικό καταναλωτή και αφετέρου για να είναι νομικά καλυμμένοι.

Η μόνη εξαίρεση που γίνεται προς το παρόν είναι ότι σε προϊόντα παλαιού stock η επισήμανση επιτρέπεται ακόμα να μην είναι πλήρης, αλλά να αλλάξει η εκτύπωση από την αμέσως επόμενη παραγωγή.

Όσον αφορά τα μέτρα που παίρνουν οι εταιρίες για την αλλεργιογονικότητα, στην ION και την ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ αρχικά η ανάλυση για την ύπαρξη αλλεργιογόνων γίνεται με βάση τα πιστοποιητικά του προμηθευτή.

Αντίθετα στην KRAFT και την ELBISCO η ανάλυση αλλεργιογόνων γίνεται ακόμα και στις πρώτες ύλες. Σε συνεργασία με τον προμηθευτή μελετούν τι άλλα κρυμμένα αλλεργιογόνα μπορεί να περιέχονται στη δική του γραμμή παραγωγής π.χ. ελέγχουν αν τα φουντούκια που προμηθεύονται ως πρώτη ύλη περιέχουν ίχνη και άλλων ξηρών καρπών, χρησιμοποιώντας ερωτηματολόγια και ελέγχους “carry over allergens”, δηλαδή τι έχει ή τι μπορεί να έχει μια γραμμή παραγωγής.

Έπειτα σε όλες τις εταιρίες ελέγχουν τη δική τους γραμμή παραγωγής και στο τέλος μετά την παρασκευή των προϊόντων ελέγχουν κάποια από κάθε παρτίδα για αλλεργιογόνα.

Τέλος όλες οι βιομηχανίες είναι υποχρεωμένες να διατηρούν ένα βιβλίο τεχνικών προδιαγραφών, στο οποίο καταγράφονται όλοι οι έλεγχοι που κάνουν καθώς και τα ευρήματα αυτών.

Όσον αφορά τα μέτρα καθαρισμού κατά την παραγωγή και το κατά πόσο αυτά εξασφαλίζουν την καθαρότητα των προϊόντων, οι υπεύθυνοι των εταιριών μας απάντησαν τα εξής:

- Στις σοκολατοβιομηχανίες νερό δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί λόγω των λιπών της σοκολάτας. Ο καθαρισμός λοιπόν γίνεται με ξηρό τρόπο, δηλαδή σκούπισμα με κάποιο πανί, σε όσα μηχανήματα έχουν πρόσβαση. Σε αυτά που δεν έχουν πρόσβαση, είτε περνάνε κάποιο βούτυρο κακάο(ION), είτε απευθείας την επόμενη παρτίδα(KRAFT).
- Στις βιομηχανίες ψωμιού οι φούρνοι και τα ταψιά καθαρίζονται με βούρτσα, ξηρό αέρα και αναρρόφηση αρχικά και έπειτα με ειδικά καθαριστικά και νερό.
- Στις βιομηχανίες παραγωγής μπισκότων ο καθαρισμός γίνεται όπως και στο ψωμί, εκτός από τα μπισκότα που περιέχουν σοκολάτα. Σ' αυτά δεν χρησιμοποιείται νερό αλλά μόνο ξηρός καθαρισμός.

Όσον αφορά την παραγωγή των προϊόντων και κατά πόσο ένα προϊόν μπορεί να είναι ελεύθερο αλλεργιογόνων, οι βιομηχανίες που ρωτήθηκαν μας απάντησαν ότι γενικά όλα τα προϊόντα παρασκευάζονται σε κοινές γραμμές παραγωγής, εκτός από μια σοκολάτα κουβερτούρα στην ION και τη γέμιση(μόνο, όχι η σοκολάτα επικάλυψης) της σοκολάτας KISS στην KRAFT, οι οποίες έχουν δική τους γραμμή παραγωγής

Εκτός λοιπόν από την κουβερτούρα της ION όλα τα άλλα προϊόντα που μελετήσαμε περιέχουν ή μπορεί να περιέχουν αλλεργιογόνα συστατικά. Όσοι έλεγχοι κι' αν γίνονται, άπαξ και τα προϊόντα δεν έχουν δική τους γραμμή παραγωγής, και στο εργοστάσιο χρησιμοποιούνται διάφορα αλλεργιογόνα, δεν μπορούμε με απόλυτη σιγουριά να τα συστήσουμε σε αλλεργικά άτομα.

4.2 Η ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Στην Ελλάδα, σαν κράτος-μέλος τη Ευρωπαϊκής Ένωσης, η Οδηγία 2003/89/EC έγινε εθνικός νόμος, ό οποίος τέθηκε σε ισχύ το Νοέμβριο του 2004, δίνονταν έναν ακόμα χρόνο στους κατασκευαστές τροφίμων να προσαρμοστούν στα νέα δεδομένα(μέχρι το Νοέμβριο του 2005). Το παράρτημα IIIα της Οδηγίας 2003/89/ EC (European Commission, 2003), αναφέρει τα εξής δώδεκα (12) αλλεργιογόνα τρόφιμα και συστατικά τροφίμων, τα οποία είναι απαραίτητο να επισημαίνονται(εισαγωγή). Από αυτά, διερευνήσαμε τα εξής επτά στα προϊόντα μας :

1. Σιτηρά που περιέχουν γλουτένη (δηλαδή σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι, βρώμη, σίτος σπέλτα, σιτηρό kamut ή οι υβριδικές τους ποικιλίες) και προϊόντα με βάση τα σιτηρά αυτά
2. Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά
3. Αραχίδες και προϊόντα με βάση τις αραχίδες
4. Σόγια και προϊόντα με βάση τη σόγια
5. Γάλα και προϊόντα με βάση το γάλα (συμπεριλαμβανομένης της λακτόζης)
6. Καρποί με κέλυφος, δηλαδή αμύγδαλα (*Amygdalus communis* L.), φουντούκια (*Corylus avellana*), καρύδια (*Juglans regia*), καρύδια ανακαρδιωδών (*Anacardium occidentale*), καρύδια πεκάν [*Carya illinoensis* (Wangenh) K. Koch], καρύδια Βραζιλίας (*Bertholletia excelsa*), φυστίκια (*Pistacia vera*), καρποί μακαδαμίας και καρύδια Κουίνσλαντ (*Macadamia ternifolia*) και προϊόντα με βάση τα ανωτέρω
7. Σπόροι σησαμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σησαμιού

Επίσης ενώ παλαιότερα υπήρχε η δυνατότητα της καταγραφής κάποιων συστατικών μόνο σαν κατηγορία, π.χ φυτικά έλαια, οι νέοι κανόνες απαιτούν ότι θα πρέπει να υποδεικνύεται η πηγή όλων των αλλεργιογόνων συστατικών, έτσι ώστε για παράδειγμα ένα φυτικό έλαιο περιέχει φυστικέλαιο, αυτό θα πρέπει να διευκρινίζεται στην ετικέτα. Παρομοίως η πηγή ενός φυσικού αρώματος , όπως ενός ξηρού καρπού, θα πρέπει να επισημαίνεται και όχι να αναφέρεται με τον γενικό όρο “φυσικό άρωμα”.

Υπάρχει μια μεταβατική περίοδος ενός έτους για την εφαρμογή της Οδηγίας αυτής , ώστε να μπορέσουν οι κατασκευαστές τροφίμων να κάνουν τις απαραίτητες αλλαγές στις ετικέτες.

Εικόνα 2: ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗΣ ΤΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ: ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ: Ζάχαρη (38,9%), Γάλα πλήρες σε σκόνη (21,6%), Βούτυρο κακάο (15,1%), Κακάομαζα, Γαλακτωματοποιητής, Λεκιθίνη, Βιταμίνες, Τεχνητά αρωματισμένο βανίλιν, Στερεά κακάο 31,0% minimum. **ΓΚΟΦΡΕΤΑ:** Ζάχαρη, Αλεύρι, Φυτικά λίπη, Ορόος γάλατος, Αμύλο αραβοσίτου, Αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, Σογιαλεύρο, Γαλακτωματοποιητής, Λεκιθίνη, Διογκωτική ύλη: οξέιο ανθρακικό νάτριο, Άλατι, Τεχνητά αρωματισμένο βανίλιν, Σοκολάτα (33,3%) - Γκοφρέτα (56,7%), Ζάχαρη (38,9%), Γάλα πλήρες σε σκόνη (21,6%), Κακάομαζα, Γαλακτωματοποιητής, Λεκιθίνη, Βιταμίνες, Τεχνητά αρωματισμένο βανίλιν, Στερεά κακάο 31,0% minimum.

ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΜΗ ΣΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΠΙΘΑΝΟΝ ΑΡΑΧΙΔΟΝ, ΞΗΡΟΝ ΚΑΡΤΟΝ

Συστατικά: νερό, αλεύρι σίτου, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, προζύμι, καλαμποκάλευρο, αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης, μαργαρίνη, μαγιά, ζάχαρη, γλουτένη, δεξτρόζη, αλάτι, αλεύρι βρώμης, βελτιωτικό αρτοποιίας εγκ. Γ.Χ.Κ. Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα & σισάμι.

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ: ΖΑΧΑΡΗ, ΓΑΛΑ ΣΚΟΝΗ, ΒΟΥΤΥΡΟ ΚΑΚΑΟ, ΜΑΖΑ ΚΑΚΑΟ, ΓΑΛΑΚΤΟΜΑΤΟΠΟΙΗΤΗΣ, ΛΕΚΙΘΙΝΗ ΣΟΓΙΑΣ, ΒΑΝΙΛΙΝΗ, ΣΤΕΡΕΑ ΚΑΚΑΟ, 28,5% min. ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΝΗ ΨΗΡΩΝ ΚΑΡΠΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΙΝΩΝ ΣΙΤΟΥ. / **INGREDIENTS:** SUGAR, MILK POWDER, COCOA BUTTER, COCOA MASS, EMULSIFIER, SOY LECITHIN, VANILIN, COCOA SOLIDS, 28.5% min.

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ: ΖΑΧΑΡΗ, ΚΑΚΑΟΜΑΖΑ, ΑΜΥΓΔΑΛΑ (14%), ΒΟΥΤΥΡΟ ΚΑΚΑΟ, ΓΑΛΑΚΤΩΜΑΤΟΠΟΙΗΤΗΣ (ΛΕΚΙΘΙΝΗ ΣΟΓΙΑΣ), ΑΡΩΜΑ (ΒΑΝΙΛΙΝΗ). ΣΤΕΡΕΑ ΚΑΚΑΟ 35% ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ. ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΞΗΝΗ ΑΠΟ ΆΛΛΟΥΣ ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ, ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΣΙΤΑΡΙ.

[illegible]

4.3 ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΤΩΝ 7 ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ Η ΤΩΝ ΠΑΡΑΓΩΓΩΝ ΤΟΥΣ, ΣΤΑ 198 ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΟΥ ΜΕΛΕΤΗΘΗΚΑΝ

Ενώ η νομοθεσία αναφέρει ποια συστατικά θα πρέπει να αναγράφονται στις ετικέτες των τροφίμων στα οποία περιέχονται, σαφής και συγκεκριμένος τρόπος καταγραφής δεν υπάρχει. Στα 198 προϊόντα που μελετήσαμε, παρατηρήθηκαν πολλοί διαφορετικοί τρόποι καταγραφής των αλλεργιογόνων συστατικών και των παραγώγων τους.

Όσον αφορά το σιτάρι και τα παράγωγά του (πίνακας 3, γράφημα 1), στην πλειονότητα των περιπτώσεων αναφέρονταν ως “σιτάλευρο” (89 φορές) ή και “αλεύρι σίτου”(39 φορές). Σαν “σιτάρι”, αναφέρονταν μόλις δέκα φορές. Συνολικά συναντήσαμε 45 διαφορετικούς τρόπους καταγραφής, αρκετοί εκ των οποίων είναι δυσνόητοι για τον απλό καταναλωτή, π.χ. “γλουτένη”(8 φορές) , “βύνη”(12 φορές), “Natural Oat Bran”(3 φορές), “προζύμι”(9 φορές) κ.α.

Το γάλα και τα παράγωγά του(πίνακας 4, γράφημα 2), καταγράφονταν συνολικά με 29 διαφορετικούς τρόπους, οι περισσότεροι εκ των οποίων είναι κατανοητοί, εκτός ίσως από τον όρο “λακτόζη”(25 φορές). Κυρίως όμως αναφέρονταν ως “ορός γάλακτος”, ή ως “γάλα”.

Το σουσάμι (πίνακας 5, γράφημα 3), αναφέρονταν απλά με τον όρο “σουσάμι” και μόλις δύο φορές με τον όρο “σουσάμι Décor”

Το αυγό και τα παράγωγά του καταγράφονταν συνολικά με 6 διαφορετικούς τρόπους, με επικρατέστερο τον όρο “αυγό”.

Τα φιστίκια (πίνακας 6, γράφημα 4) αναφέρονταν με 3 διαφορετικούς τρόπους, αλλά κυρίως σαν “φιστίκι” και μόλις 2 φορές με το δυσνόητο όρο “αραχίδες”.

Η σόγια (πίνακας 7, γράφημα 5) αναφέρονταν κυρίως με το παράγωγό της “λεκιθίνη σόγιας” (127 φορές) και μόλις 20 φορές σαν “σόγια” και “αλεύρι σόγιας/σογιάλευρο”.

Τέλος οι καρποί δένδρων (πίνακας 8, γράφημα 6) αναφέρονταν κυρίως με το γενικό όρο “ξηροί καρποί”(93 φορές) και πιο σπάνια συγκεκριμένα ονόματα καρπών όπως φουντούκι (39 φορές) και αμύγδαλα (28 φορές).

Βέβαια στις ετικέτες των προϊόντων που καταγράφηκαν, βρέθηκαν και συστατικά αγνώστου προέλευσης. Αυτά είναι:

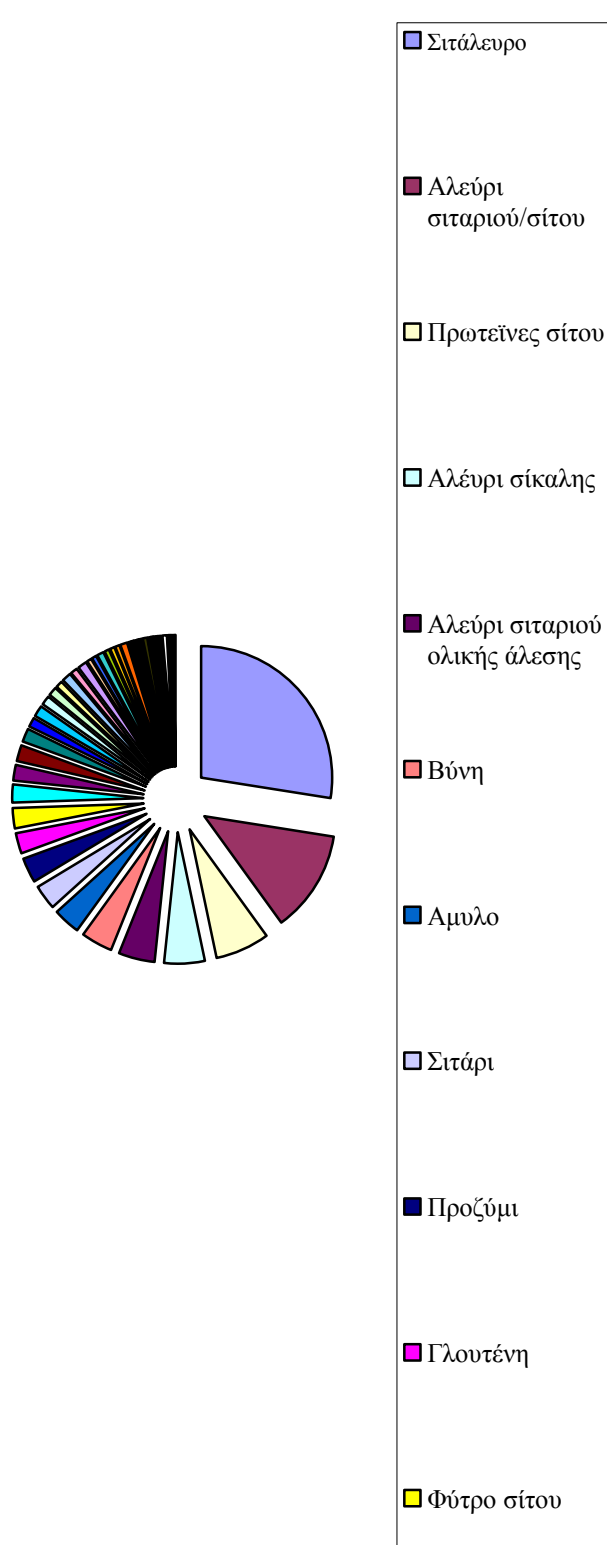
- “βάφλα” σε ένα προϊόν, της οποίας η σύσταση βρέθηκε από άλλο προϊόν να είναι: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, γάλα άπαχο, φυτικά έλαια, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη

σόγιας (E322), αλάτι, βανιλίνη, άρωμα, διακόσμηση: ζάχαρη, σιτάρι, κακάο σε σκόνη, φοινικέλαιο, μάζα κακάο, και η οποία δεν γνωρίζουμε αν ισχύει για το προϊόν

- “μαγιά/μαγιά νωπή”, η οποία μπορεί να είναι μύκητας που αναπτύχθηκε σε γάλα
- “βούτυρο/βούτυρο ζαχαροπλαστικής/βούτυρο συμπυκνωμένο”, το οποίο μπορεί να είναι είτε ζωικής, είτε φυτικής προέλευσης
- “λεκιθίνη”, η οποία μπορεί να είναι πρωτεΐνη αυγού ή πρωτεΐνη γάλακτος
- “ασβέστιο”, “φώσφορος”, “φωσφορικό ασβέστιο”, τα οποία θα μπορούσαν να προέρχονται από γάλα
- “φυτικά έλαια”, στα οποία όμως ανήκουν και το σουσαμέλαιο ή και έλαια ξηρών καρπών όπως το φυστικέλαιο.

	ΣΙΤΗΡΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΟΥΣ	
1	Σιτάλευρο	86
2	Αλεύρι σιταριού/σίτου	39
3	Πρωτεΐνες σίτου	21
4	Αλεύρι σίκαλης	16
5	Αλεύρι σιταριού ολικής άλεσης	14
6	Βύνη	12
7	Αμυλο	10
8	Σιτάρι	10
9	Προζύμι	9
10	Γλουτένη	8
11	Φύτρο σίτου	8
12	Σιτάλευρο ολικής /ολικής αλέσεως	7
13	Αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης	6
14	Εκχύλισμα βύνης	6
15	Βύνη σίτου	5
16	Αλεύρι βρώμης	4
17	Σιρόπι βύνης	4
18	Φυτικές ίνες σίτου	4
19	Natural Oat Bran 20%	3
20	Αλεύρι	3
21	Βυνάλευρο	3
22	Νυφάδες βρώμης	3
23	Νυφάδες σίτου	3
24	Αλεύρι βύνης	2
25	Αλεύρι κριθαριού	2
26	Έλαιο φύτρου	2
27	Μπέικιν πάουντερ	2
28	Προϊόντα σίτου	2
29	Σιτιρά που περιέχουν γλουτένη	2
30	Φρουκτόζη σίτου	2
31	Αλευρι βύνης κριθαριού	1
32	Αλεύρι σιταριού τύπου Π	1
33	Αμυλοσίροπο	1
34	Αμυλοσιρόπιο	1
35	Βάφλα *	1
36	Γλουτένη σίτου	1
37	Δημητριακά	1
38	Δημητριακά σε κόκκους	1
39	Εκχύλισμα βύνης κριθαριού	1
40	Νυφάδες βρώμης Décor	1
41	Σιρόπι γλυκόζης σίτου	1
42	Σπόροι (σταριού,σίκαλης,βρώμης, κριθαριού,λιναρόσπορου,κεχριού)	1
43	Σπόροι (σίκαλης,σταριού,βρώμης,κριθαριού)	1
44	Φλοιός σίτου	1
45	Φύτρο βρώμης	1

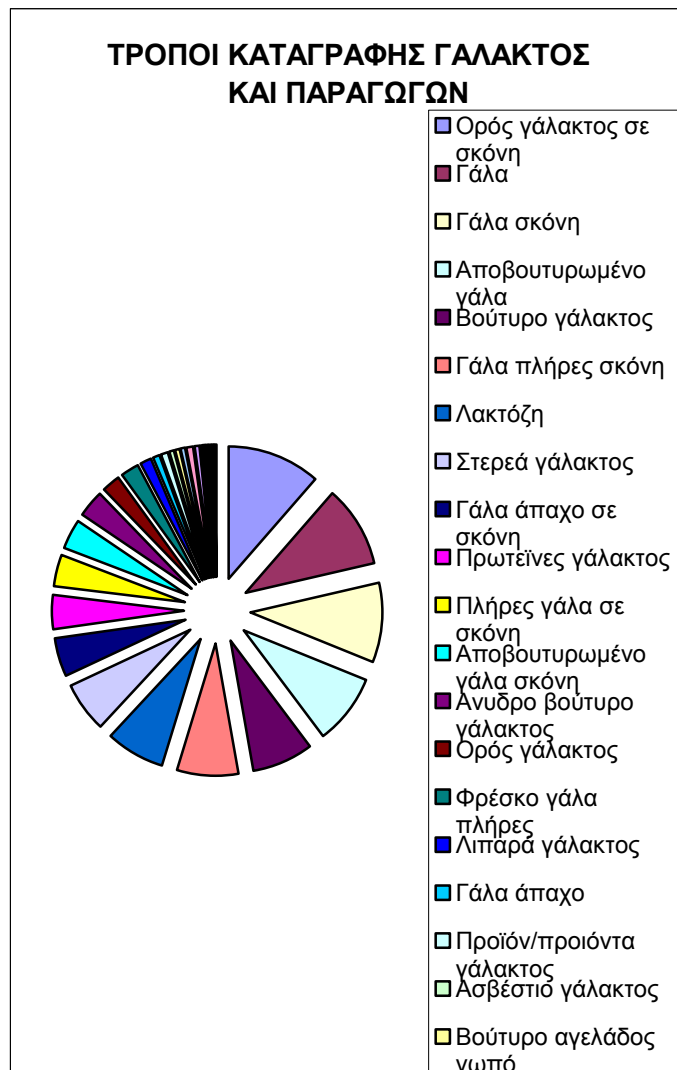
ΤΡΟΠΟΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΣΙΤΗΡΩΝ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΩΓΩΝ



ΠΙΝΑΚΑΣ 4

	ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΟΥ	
1	Ορός γάλακτος σε σκόνη	39
2	Γάλα	34
3	Γάλα σκόνη	33
4	Αποβουτυρωμένο γάλα	29
5	Βούτυρο γάλακτος	26
6	Γάλα πλήρες σκόνη	25
7	Λακτόζη	25
8	Στερεά γάλακτος	20
9	Γάλα άπαχο σε σκόνη	16
10	Πρωτεΐνες γάλακτος	15
11	Πλήρες γάλα σε σκόνη	13
12	Αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη	12
13	Ανυδρο βούτυρο γάλακτος	11
15	Ορός γάλακτος	8
16	Φρέσκο γάλα πλήρες	8
17	Λιπαρά γάλακτος	4
18	Γάλα άπαχο	3
19	Προϊόν/προϊόντα γάλακτος	3
20	Ασβέστιο γάλακτος	2
21	Βούτυρο αγελάδος νωπό	2
22	Γάλα ημιαποβουτυρωμένο	2
23	Πρωτεΐνες γάλακτος υδρολυμένες	2
24	Τυρόγαλα σε σκόνη	2
25	Απαλατωμένη σκόνη γάλακτος	1
26	Βάφλα	1
27	Γιαούρτι άπαχο	1
28	Γιαούρτι άπαχο σκόνη	1
29	Ζαχαρούχο συμπυκνωμένο γάλα	1
30	Κρέμα γάλακτος σκόνη	1

ΓΡΑΦΗΜΑ 2



ΠΙΝΑΚΑΣ 5

	ΑΥΓΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΟΥΣ	
1	Αυγά	57
2	Αυγά σκόνη	9
3	Σκόνη αυγού	9
4	Ασπράδια αυγών	4
5	Πρωτεΐνες αυγού	2
6	Αυγό ολόκληρο υγρό	1

ΓΡΑΦΗΜΑ 3



ΠΙΝΑΚΑΣ 6

	ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΟΥΣ	
1	Ξηροί καρποί	92
2	Φουντούκι/α	29
3	Αμύγδαλα	27
4	Φουντουκόπαστα	6
5	Αμύγδαλα καβουρντισμένα	1
6	Βάφλα	1
7	Ξηροί καρποί πολτός	1
8	Καρύδια	1
9	Αρωμα φουντούκι	1

ΓΡΑΦΗΜΑ 4



ΠΙΝΑΚΑΣ 7

	ΣΟΓΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΗΣ	
1	Λεκιθίνη σόγιας	127
2	Σόγια	20
3	Σογιάλευρο	8
4	Αλεύρι σόγιας	6

ΓΡΑΦΗΜΑ 5



ΠΙΝΑΚΑΣ 8

	ΣΟΥΣΑΜΙ	
1	Σουσάμι	63
2	Σουσάμι Décor	2

ΓΡΑΦΗΜΑ 6



ΠΙΝΑΚΑΣ 9

	ΦΙΣΤΙΚΙ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΤΟΥ	
1	Φιστίκια	13
2	Αραχίδες	2
3	Φιστίκι αράπικο	1

ΓΡΑΦΗΜΑ 7



ΠΙΝΑΚΑΣ 10

	ΠΑΡΑΓΩΓΑ ΑΓΝΩΣΤΟΥ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ	
1	Αρώμα / Αρωματικές ύλες	70
2	Μαγιά/Μαγιά νωπή	43
3	Λεκιθίνη	20
4	Βούτυρο	11
5	Βούτυρο συμπυκνωμένο	9
6	Φώσφορος	6
7	Ασβέστιο	6
8	Φωσφορικό ασβέστιο	2
9	Βούτυρο ζαχαροπλαστικής	1
	<u>ΦΥΤΙΚΑ ΕΛΑΙΑ</u>	
10	Φυτικό/ά έλαιο/α	76
11	Φυτικό/ά λιπαρό/ά	33
12	Φυτικό λιπαρό υδρογονωμένο/μερικώς	27
13	Υδρογονωμένο/α φυτικό/ά έλαιο/α	10
14	Υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη	4

4.4 ΠΟΣΟΣΤΑ ΤΩΝ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΑΡΑΓΩΓΩΝ ΤΟΥΣ ΣΤΑ 198 ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΠΟΥ ΜΕΛΕΤΗΘΗΚΑΝ

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΥΓΕΙΑΣ

Επισήμανση για:		
ΣΟΓΙΑ	23	92,00%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	6	24,00%
ΓΑΛΑ	5	20,00%
ΛΕΚΙΘΙΝΗ	3	12,00%
ΣΙΤΗΡΑ	2	8,00%

Προληπτική επισήμανση για:		
ΣΙΤΗΡΑ	20	80,00%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	19	76,00%
ΓΑΛΑ	19	76,00%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	4	16,00%
ΑΥΓΑ	3	12,00%

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

Επισήμανση για:		
ΓΑΛΑ	65	98,48%
ΣΟΓΙΑ	52	78,79%
ΣΙΤΗΡΑ	35	53,03%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	32	48,48%
ΛΕΚΙΘΙΝΗ	15	22,73%
ΑΥΓΑ	3	4,55%
ΣΤΑΦΙΔΕΣ	2	3,03%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	1	1,52%

Προληπτική επισήμανση για:		
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	22	33,33%
ΣΙΤΗΡΑ	16	24,24%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	9	13,64%
ΑΥΓΑ	5	7,58%
ΣΟΥΣΑΜΙ	2	3,03%
ΓΑΛΑ	1	1,52%
ΣΟΓΙΑ	1	1,52%

ΜΠΙΣΚΟΤΑ

Επισήμανση για:		
ΣΙΤΗΡΑ	65	100,00%
ΓΑΛΑ	50	76,92%
ΣΟΓΙΑ	43	66,15%
ΑΥΓΑ	21	32,31%
ΛΕΚΙΘΙΝΗ	2	3,08%
ΣΟΥΣΑΜΙ	1	1,54%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	1	1,54%

Προληπτική επισήμανση για:		
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	44	67,69%
ΣΟΥΣΑΜΙ	38	58,46%
ΑΥΓΑ	34	52,31%
ΓΑΛΑ	12	18,46%
ΣΟΓΙΑ	12	18,46%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	2	3,08%

ΨΩΜΙ ΣΥΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ

Επισήμανση για:		
ΣΙΤΗΡΑ	42	100,00%
ΓΑΛΑ	13	30,95%
ΑΥΓΑ	4	9,52%
ΣΟΥΣΑΜΙ	3	7,14%

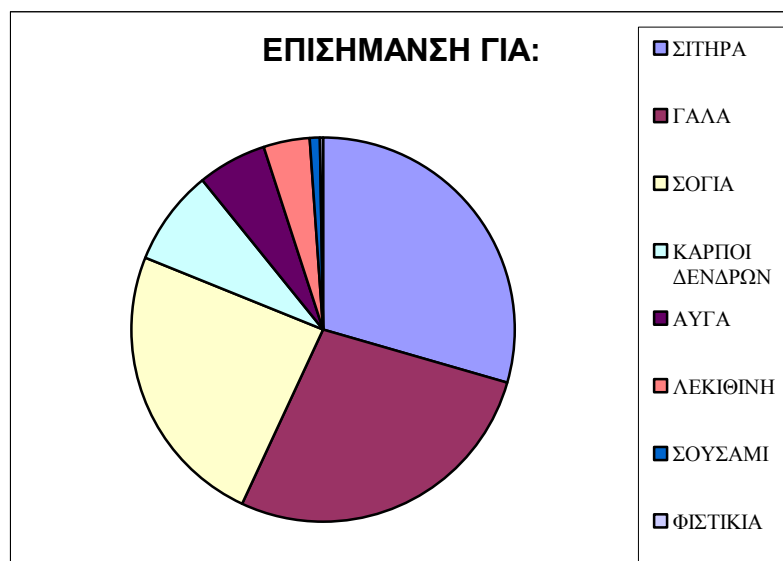
Προληπτική επισήμανση για:		
ΣΟΥΣΑΜΙ	21	50,00%
ΓΑΛΑ	7	16,67%

ΣΤΑ 198 ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΠΙΝΑΚΑΣ 11

Επισήμανση για:		
ΣΙΤΗΡΑ	144	72,73%
ΓΑΛΑ	133	67,17%
ΣΟΓΙΑ	118	59,60%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	39	19,70%
ΑΥΓΑ	28	14,14%
ΛΕΚΙΘΙΝΗ	20	10,10%
ΣΟΥΣΑΜΙ	4	2,02%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	1	0,51%

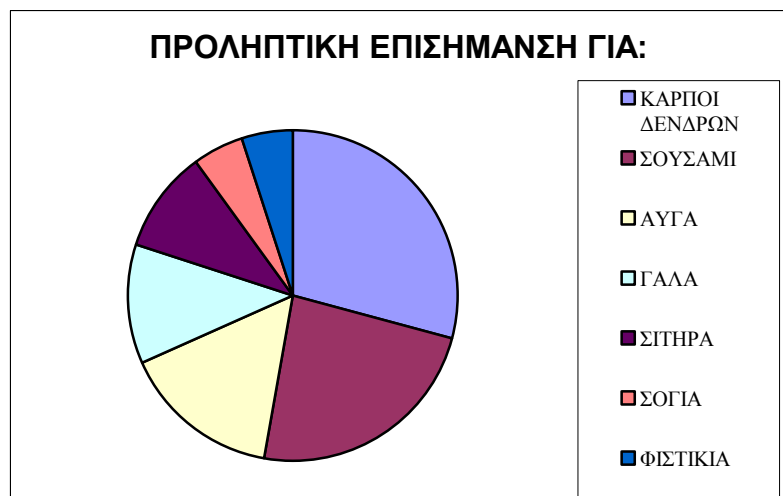
ΓΡΑΦΗΜΑ 8



ΠΙΝΑΚΑΣ 12

Προληπτική επισήμανση για:		
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	151	76,26%
ΣΟΥΣΑΜΙ	122	61,62%
ΑΥΓΑ	81	40,91%
ΓΑΛΑ	59	29,80%
ΣΙΤΗΡΑ	52	26,26%
ΣΟΓΙΑ	26	13,13%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	26	13,13%

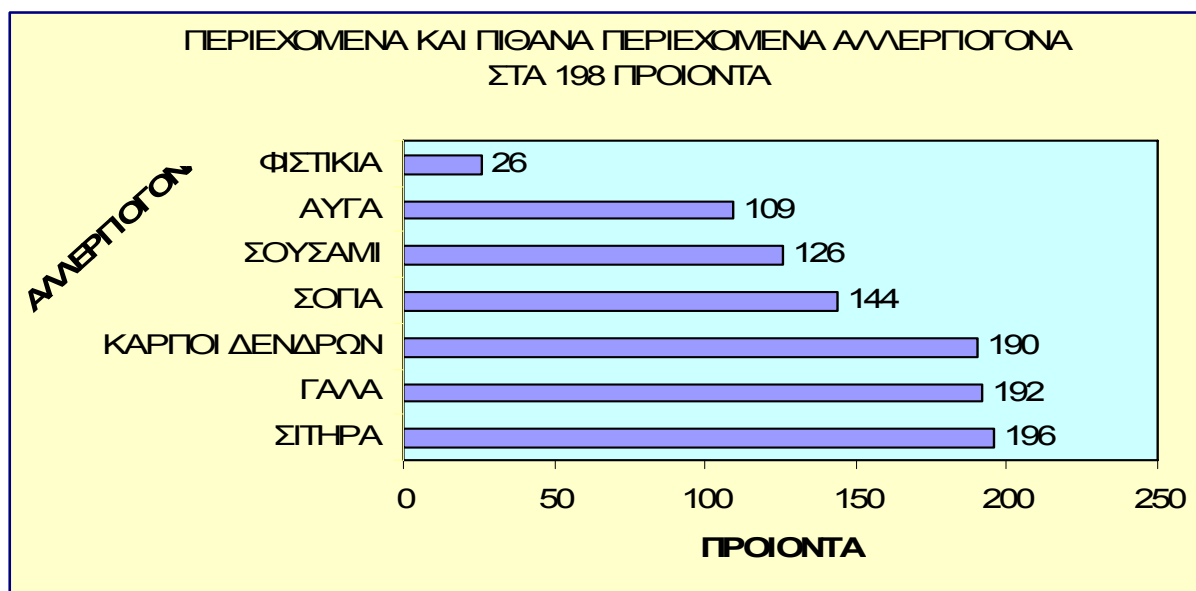
ΓΡΑΦΗΜΑ 9



ΠΙΝΑΚΑΣ 13

Συνολικά περιεχόμενα και πιθανά περιεχόμενα αλλεργιογόνα		
ΣΙΤΗΡΑ	196	98.98%
ΓΑΛΑ	192	96.96%
ΚΑΡΠΟΙ ΔΕΝΔΡΩΝ	190	95.95%
ΣΟΓΙΑ	144	72.72%
ΣΟΥΣΑΜΙ	126	63.63%
ΑΥΓΑ	109	55.05%
ΦΙΣΤΙΚΙΑ	26	13.13%

ΓΡΑΦΗΜΑ 10



Παρατηρούμε ότι στα συνολικά προϊόντα που καταγράψαμε, σχεδόν όλα περιέχουν ή μπορεί να περιέχουν σιτηρά ή προϊόντα τους (196), γάλα ή προϊόντα του (192) και καρπούς δένδρων ή προϊόντα τους (190). Περισσότερα από τα 2/3 περιέχουν ή μπορεί να περιέχουν σόγια ή προϊόντα της (144) και τα 2/3 σουσάμι (126). Περίπου τα μισά περιέχουν ή μπορεί να περιέχουν αυγά, ενώ μόνο 26 προϊόντα, φιστίκια ή προϊόντα αυτών.

4.5 ΤΡΟΠΟΙ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗΣ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ ΣΕ ΤΡΟΦΙΜΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΓΟΡΑΣ

Ένας τομέας στον οποίο η πληροφόρηση συνεχώς αυξάνεται, σχετίζεται με την πιθανότητα επιμόλυνσης με αλλεργιογόνα κατά τη διάρκεια παρασκευής των τροφίμων. Η επιμόλυνση στα προϊόντα οφείλεται είτε στο ότι έχουν κοινή γραμμή παραγωγής με ένα άλλο τρόφιμο που περιέχει κάποιο αλλεργιογόνο, είτε στο ότι παράγονται στην ίδια βιομηχανία, στον ίδιο δηλαδή χώρο.

Συνήθως αυτή η πληροφορία αναφέρεται ως : “μπορεί να περιέχει”.

Ο όρος “μπορεί να περιέχει” στην επισήμανση εισήχθη από τους κατασκευαστές και τους λιανοπωλητές για να παρέχει τις πληροφορίες στους καταναλωτές για την ακούσια παρουσία συστατικών σε συσκευασμένα τρόφιμα. Δεν υπάρχει καμία νομική απαίτηση να χρησιμοποιηθεί αυτός ο τύπος προληπτικής επισήμανσης και δεν υπάρχει καμία οδηγία για την κατάλληλη χρήση του.

Κατά την έρευνα αγοράς που πραγματοποιήσαμε, οι τρόποι προληπτικής επισήμανσης που συναντήσαμε είναι συνολικά δεκατρείς .

Το αποτέλεσμα της έρευνας μας ήταν 133 προϊόντα, περισσότερα δηλαδή από τα μισά, είχαν κάποιου είδους προληπτική επισήμανση, που αναφέρονταν κυρίως ως “μπορεί να περιέχει ίχνη/ίχνη από”, ή “το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από”.

Αναλυτικότερα, οι διαφορετικοί τρόποι προληπτικής επισήμανσης σε κάθε κατηγορία προϊόντων αλλά και στα συνολικά, φαίνεται στους παρακάτω πίνακες.

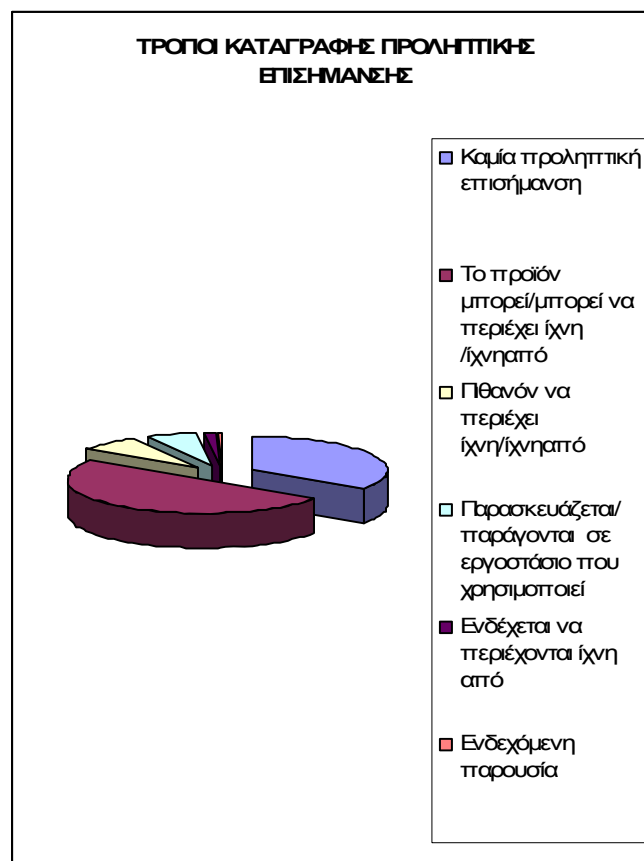
ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΥΓΕΙΑΣ(25)		
Πιθανόν να περιέχει ίχνη/ίχνη από	6	24.00%
Μπορεί να περιέχει ίχνη/ίχνη από	16	64.00%
Καμία προληπτική επισήμανση	3	12.00%

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ(66)		
Πιθανόν να περιέχει ίχνη/ίχνη από	9	13.63%
Μπορεί να περιέχει/περιέχονται ίχνη/ίχνη από	28	42.42%
Ενδέχεται να περιέχει ίχνη από	1	1.51%
Καμία προληπτική επισήμανση	28	42.41%

ΜΠΗΣΚΟΤΑ(65)		
Το προϊόν μπορεί/μπορεί να περιέχει ίχνη από	37	56.92%
Παρασκευάζεται/ παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί	12	18.45%
Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από	1	1.54%
Ενδεχόμενη παρουσία	1	1.54%
Καμία προληπτική επισήμανση	14	21.54%

ΣΥΣΚΕΥΑΣΜΕΝΑ ΨΩΜΙΑ(42)		
Το προϊόν μπορεί/μπορεί να περιέχει ίχνη από	18	42.85%
Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από	1	2.38%
Καμία προληπτική επισήμανση	23	54.76%

ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΣΤΑ 198 ΠΡΟΪΟΝΤΑ		
Καμία προληπτική επισήμανση	68	34.34%
Το προϊόν μπορεί/μπορεί να περιέχει ίχνη /ίχνη από	99	49.98%
Πιθανόν να περιέχει ίχνη/ίχνη από	15	7.57%
Παρασκευάζεται/ παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί	12	6.06%
Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από	3	1.51%
Ενδεχόμενη παρουσία	1	0.50%



Εικόνα 3: ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗΣ ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗΣ ΣΤΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΓΟΡΑΣ ΠΟΥ ΕΞΕΤΑΣΤΗΚΑΝ

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΝΗ ΞΗΡΩΝ ΚΑΡΠΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΕΙΝΩΝ ΣΙΤΟΥ.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΝΗ

ΑΠΟ ΑΛΛΟΥΣ ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ, ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΣΙΤΑΡΙ.

ΕΤΗΣΙΟΥ, ΖΑΧΑΡΗ, ΓΑΛΑ ΑΠΑΧΟ, ΟΥΤΗΝ.
ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΕΧΕΙ ΙΧΝΗ ΑΠΟ ΦΙΣΤΙΚΙΑ.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από:
γάλα, αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: αυγά, σόγια.

σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από

Μπορεί να περιέχει ίχνη φιστικιών, αλάτος.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα & σησάμι.



5. ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Τις τελευταίες δεκαετίες η τροφική αλλεργία έχει προκύψει ως σοβαρό πρόβλημα δημόσιας υγείας, με μια αύξηση στην επίπτωση και την επικράτηση. Λαμβάνοντας υπόψη την ανίατη φύση και τις ενδεχομένως απειλητικές για τη ζωή συνέπειες των τροφικών αλλεργιών, τα ευαίσθητοποιημένα άτομα στηρίζονται σε μεγάλο ποσοστό στις δίαιτες αποφυγής και επαγρυπνούν καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους, έτσι ώστε τα τρόφιμα που αγοράζουν και καταναλώνουν να είναι ελεύθερα αλλεργιογόνων. Για αυτόν τον λόγο, είναι εξαιρετικά σημαντικό για τον αλλεργικό καταναλωτή τα εμπορικά τρόφιμα να έχουν ακριβή και αναμφισβήτητη επισήμανση.

Στην Ελλάδα, έχει θεσπιστεί νομοθεσία σχετικά με την επισήμανση των τροφίμων που στοχεύει στην επίτευξη ενός υψηλού επιπέδου προστασίας της υγείας των καταναλωτών και στην εγγύηση του δικαιωμάτος τους στην ενημέρωση.

Η νομοθεσία αυτή περιέχει ένα κατάλογο δώδεκα σημαντικών τροφικών αλλεργιογόνων των οποίων η παρουσία πρέπει να δηλωθεί στην ετικέτα. Παρόλα αυτά, υπάρχουν άτομα που είναι ευαίσθητα σε αλλεργιογόνα τα οποία δεν αναφέρονται στη λίστα αυτή. Οπότε είναι πολύ σημαντικό να επανεξετάζεται συνεχώς και να ανανεώνεται από την Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων (M.Boden, R.Dadswell, S.Hattersley).

Επίσης ενώ παλαιότερα υπήρχε η δυνατότητα καταγραφής κάποιων συστατικών μόνο σαν κατηγορία, π.χ φυτικά έλαια, οι νέοι κανόνες απαιτούν ότι θα πρέπει να υποδεικνύεται η πηγή όλων των αλλεργιογόνων συστατικών, έτσι ώστε για παράδειγμα αν ένα φυτικό έλαιο περιέχει φυστικέλαιο, αυτό θα πρέπει να διευκρινίζεται στην ετικέτα. Παρομοίως η πηγή ενός φυσικού αρώματος, όπως ενός ξηρού καρπού, θα πρέπει να επισημαίνεται και όχι να αναφέρεται με τον γενικό όρο “φυσικό άρωμα”.

Ο τρόπος επισήμανσης αλλεργιογόνων συστατικών σε διάφορες χώρες της ευρωπαϊκής ένωσης ποικίλλει, και παραδείγματα αυτού είναι: “ περιέχει”, “αυτό το προϊόν περιέχει τα αλλεργιογόνα συστατικά”, “πληροφορία αλλεργιογόνων” που αυτό ακολουθείται από το όνομα του αλλεργιογόνου συστατικού. Από έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε 10 ευρωπαϊκές χώρες, το ¼ από τα μπισκότα και το 5% από τις σοκολάτες που μελετήθηκαν, περιείχαν μια τέτοια ξεχωριστή δήλωση αλλεργιογόνων (Arjon J. van Hengel).

Εντούτοις, η χρήση αυτού του τύπου επισήμανσης διαφέρει έντονα ανά χώρα με τις συχνότητες που κυμαίνονται από 0 ως 50%. Η οδηγία 2003/89/EC δηλώνει ότι “το συστατικό θα πρέπει να επισημαίνεται στην ετικέτα με σαφή και ακριβή τρόπο και ότι η επισήμανση δεν είναι απαραίτητη όταν το όνομα του προϊόντος υποδηλώνει σαφώς τη

παρουσία ενός συγκεκριμένου συστατικού”. Αυτή η διατύπωση δεν ορίζει ένα συγκεκριμένο τρόπο επισήμανσης και επομένως η εφαρμογή της οδηγίας στις εθνικές νομοθεσίες των κρατών μελών της ΕΕ μπορεί να οδηγήσει στις διαφορές στη διατύπωση και το σχήμα των ετικετών όσον αφορά τη δήλωση των αλλεργιογόνων συστατικών τροφίμων.

Επίσης σε μια ενιαία γλώσσα ενιαία αλλεργιογόνα τρόφιμα μπορούν να μαθευτούν κάτω από διάφορα συνώνυμα. Μεταξύ των προϊόντων που καταγράφηκαν σε ευρωπαϊκή έρευνα, στο Βέλγιο και τις Κάτω Χώρες παρατηρήθηκαν οι όροι “pinda” (φιστίκι), “aardnoot” και “arachide” (αραχίδα) στις ετικέτες. Ο τελευταίος όρος δεν μπορεί να βρεθεί ούτε στο πιο εκτενές ολλανδικό λεξικό (Geerts, Heestermans, & Kruyskamp, 1984) και προέρχεται πιθανότατα από τα γαλλικά όπου το arachide είναι η λέξη για το φιστίκι (Arjon J. van Hengel).

Από την έρευνα που πραγματοποιήσαμε στην ελληνική αγορά, ώστε να αξιολογήσουμε την τρέχουσα κατάσταση σχετικά με τις ετικέτες τροφίμων, παρατηρήσαμε ότι ενώ τα αλλεργιογόνα συστατικά που ορίζει η νομοθεσία, πράγματι αναγράφονται στην επισήμανση, υπάρχουν τόσοι πολλοί διαφορετικοί τρόποι καταγραφής τους, που προκαλούν σύγχυση στον απλό καταναλωτή. Επίσης ενώ θα έπρεπε να χρησιμοποιείται απλή και κατανοητή ορολογία, χρησιμοποιούνται όροι τεχνικοί και επιστημονικοί, όπως “γλουτένη” και “Natural Oat Bran” για τα σιτηρά, “λακτόζη” και “ορός γάλακτος” για το γάλα, “αραχίδες” για τα φιστίκια., όροι που είναι δυσνόητοι για τους περισσότερους καταναλωτές.

Επιπλέον, ενώ σύμφωνα με τη νομοθεσία θα πρέπει να υποδεικνύεται η πηγή όλων των αλλεργιογόνων συστατικών και να μην αναγράφονται σαν γενική κατηγορία, παρατηρήσαμε τουλάχιστον 318 φορές τη χρήση γενικών όρων όπως “άρωμα/αρωματικές ύλες”, “φυτικό έλαιο”, “ασβέστιο”, “λεκιθίνη”, “βούτυρο” και 92 φορές τη χρήση του γενικού όρου “ξηροί καρποί”. Αποτέλεσμα αυτών είναι ο σημαντικός περιορισμός των επιλογών ενός αλλεργικού καταναλωτή, αφού κάποιος για παράδειγμα αλλεργικός στο αμύγδαλο μόνο, θα αναγκαστεί να μην αγοράσει το προϊόν με επισήμανση για ξηρούς καρπούς, και ένας αλλεργικός στο αυγό, δεν θα καταναλώσει ένα προϊόν με επισήμανση για λεκιθίνη, η οποία όμως μπορεί να είναι και πρωτεΐνη σόγιας. Ένα άλλο αποτέλεσμα της γενικής ορολογίας που χρησιμοποιείται είναι ότι ένας καταναλωτής με περιορισμένες επιλογές μπορεί να αποφασίσει να αγνοήσει την επισήμανση και επακόλουθα να κινδυνεύσει.

Σύμφωνα με έρευνες, η δυνατότητα των γονέων αλλεργικών παιδιών να διαβάσουν τις ετικέτες, ήταν πολύ περιορισμένη (Joshi P.Mofidis,Sicherer SH), κυρίως λόγω της πολυπλοκότητας και της ασάφειας των περιεχομένων.

Όμως ασάφειες στην ετικέτα μπορεί να οδηγήσουν σε περιττούς περιορισμούς στη διατροφή ενός αλλεργικού ατόμου, γι' αυτό θα ήταν χρήσιμο η επισήμανση της ετικέτας να συμπληρώνεται από πρόσθετες πληροφορίες, π.χ σε ένα συμπληρωματικό δικτυακό χώρο.

Εν τούτοις περισσότερα στοιχεία απαιτούνται για τις προτιμήσεις των καταναλωτών ως προς τον τρόπο και το είδος συμπληρωματικών πληροφοριών, που θα τους ήταν χρήσιμες.

Ενώ η νέα οδηγία επισήμανσης της Ε.Ε στοχεύει στην προστασία των καταναλωτών και προχωρεί αρκετά προς την κάλυψη των απαιτήσεων των αλλεργικών καταναλωτικών ομάδων, υπάρχει ο κίνδυνος ότι η διαδεδομένη χρήση της προληπτικής επισήμανσης θα αναστείλει αυτή τη πρόοδο, ειδικά σε σχέση με τα αδήλωτα αλλεργιογόνα επιμόλυνσης.

Η παρουσία ενός αδήλωτου (έστω και ακούσια) αλλεργιογόνου σε τρόφιμο που προορίζεται για κατανάλωση, μπορεί να αποβεί μοιραία.

Δεν υπάρχει καμία νομική απαίτηση να χρησιμοποιηθεί αυτός ο τύπος προληπτικής επισήμανσης και δεν υπάρχει καμία οδηγία για την κατάλληλη χρήση του, αφού οι νομικές απαιτήσεις για την επισήμανση των αλλεργιογόνων τροφίμων, που αναφέρονται στην Οδηγία 2003/89/EC (European Commission, 2003), δεν καλύπτουν την ακούσια παρουσία αυτών των αλλεργιογόνων σε προσυσκευασμένα τρόφιμα, που μπορεί να προκύψει από την επιμόλυνση με τα αλλεργιογόνα σε κάποιο στάδιο της παρασκευής ή μεταφοράς του τροφίμου.

Σύμφωνα με μια μελέτη του 1999 στη Αμερική, περίπου το 40% των αδήλωτων αλλεργιογόνων στα τρόφιμα είχαν προέλθει από επιμόλυνση (cross-contamination), και μόλις το 5% από λάθη των κατασκευαστών ή της αλυσίδας παραγωγής (Vierk K, Falci K, Wolyniah C, Klontz KC). Σύμφωνα με μια πιο πρόσφατη μελέτη, περίπου το 31% των σοκολατών στην Δυτική Ευρώπη και 62% στην Ανατολική, περιείχαν αδήλωτα φιστίκια (Vadas P, Perelman B). Αυτές οι μελέτες δείχνουν ότι υπάρχουν αδήλωτα αλλεργιογόνα στα τρόφιμα και χωρίς συγκεκριμένα κατώτατα όρια, δεν γνωρίζουμε αν θα προκαλέσουν αλλεργική αντίδραση σε ευαίσθητους καταναλωτές.

Από τα προϊόντα που καταγράψαμε στην ελληνική αγορά, ακόμα και αυτά που δεν έχουν επισήμανση για κάποιο αλλεργιογόνο, έχουν περισσότερα απ' τα μισά προληπτική επισήμανση γι' αυτό π.χ. 19 στις 25 σοκολάτες υγείας αναφέρεται ότι μπορεί να περιέχουν γάλα ή παράγωγά του.

Η χρήση της προληπτικής επισήμανσης δεν γίνεται ακόμα με τον σωστό τρόπο και για το σωστό λόγο. Συνολικά στο 67.18% των προϊόντων που μελετήσαμε, υπήρχε κάποιου είδους προληπτική επισήμανση με το μεγαλύτερο ποσοστό αυτού 39.38%, να είναι του τύπου “‘μπορεί να περιέχει ίχνη/ ίχνη από” ή “‘Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από:” 9.59%, και

σπανιότερα κάποιου τύπου δήλωση που αφορούσε το περιβάλλον παρασκευής του προϊόντος όπως “παράγεται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί” 5.05%, ακολουθούμενα από το όνομα του συστατικού/συστατικών.

Οι παραγωγοί τροφίμων δίνουν αυτό το είδος πληροφοριών για τις ετικέτες τροφίμων για να παρέχουν στον καταναλωτή έναν κλιμακωτό κίνδυνο. Εντούτοις, δεδομένου ότι ο καταναλωτής δεν έχει τη γνώση των εγκαταστάσεων παραγωγής, και είναι απληροφόρητος σχετικά με τις τεχνικές διαχωρισμού και τις διαδικασίες καθαρισμού, ο καταναλωτής είναι ανίκανος να ερμηνεύσει τέτοιες δηλώσεις από την άποψη των κινδύνων. Οι καταναλωτές θέλουν σαφείς και ακριβείς δηλώσεις όσον αφορά (τη προληπτική) επισήμανση και οι πληροφορίες για την παρουσία αλλεργιογόνων στο περιβάλλον παραγωγής μπορούν να τους αποπροσανατολίσουν.

Από παρόμοια έρευνα σε 10 ευρωπαϊκές αγορές, ανάμεσα στα 300 μπισκότα που αγοράστηκαν 43% δεν περιείχε οποιοδήποτε τύπο προληπτικής επισήμανσης, ενώ 26% είχε μία δήλωση “μπορεί να περιέχει” και 31% κάποιου τύπου δήλωση που αφορούσε το περιβάλλον παρασκευής του προϊόντος. Από τις 250 σοκολάτες μόνο 14% δεν έφερε προληπτική επισήμανση και 6% κάποιου τύπου δήλωση που αφορούσε το περιβάλλον παρασκευής (Arjon J. van Hengel).

Σύμφωνα με τα λεγόμενα των εταιρειών, με τις οποίες επικοινωνήσαμε, προϊόντα τους που δεν είχαν προληπτική επισήμανση ήταν παλαιού stock και μας διαβεβαίωσαν ότι η καινούργια παραγωγή θα έχει προληπτική επισήμανση γεγονός που αυξάνει ακόμα περισσότερο το προαναφερθέν ποσοστό.

Γενικά καμία από τις εταιρείες που επισκεφθήκαμε δεν μπόρεσε να μας διαβεβαιώσει ότι τα προϊόντα που παράγει είναι ελεύθερα αλλεργιογόνων.

Ακόμα και η κουβερούρα ION που έχει ξεχωριστή γραμμή παραγωγής, έχει προληπτική επισήμανση για ίχνη ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου, καθώς παράγεται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί τα αλλεργιογόνα αυτά.

Αυτό σημαίνει ότι η πλειονότητα ή σχεδόν όλα τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά δεν μπορούν να χαρακτηρισθούν ως ελεύθερα αλλεργιογόνων, καθώς οι περισσότερες εγκαταστάσεις και συστήματα κατασκευάστηκαν πριν από την εισαγωγή της υποχρεωτικής επισήμανσης αλλεργιογόνου κατά συνέπεια, είναι δύσκολο για τη βιομηχανία τροφίμων να εξασφαλίσει την αποφυγή επιμόλυνσης. Αυτό σε συνδυασμό με το γεγονός ότι οι περισσότερες βιομηχανίες δεν διαθέτουν τα κατάλληλα συστήματα ελέγχου, οδηγεί τους κατασκευαστές να υιοθετούν τη προληπτική επισήμανση για να αποφύγουν την ευθύνη για την παρουσία αδήλωτων αλλεργιογόνων συστατικών στα τρόφιμά τους

Έτσι οι παραγωγοί τροφίμων για να είναι νομικά καλυμμένοι και να αποφύγουν τα ζητήματα ευθύνης, χρησιμοποιούν κατά κόρον την προληπτική επισήμανση.

Αυτό περιορίζει τρομερά τους αλλεργικούς καταναλωτές, διότι δεν υπάρχει ποικιλία ασφαλών προϊόντων, από τα οποία να μπορούν να επιλέξουν.

Το γεγονός αυτό οδηγεί ένα μεγάλο μέρος καταναλωτών να παίρνουν το ρίσκο και να καταναλώνουν προϊόντα που μπορεί να περιέχουν αλλεργιογόνο στο οποίο είναι ευαίσθητοι και να αγνοούν εντελώς την ετικέτα των τροφίμων (Arjon J. van Hengel).

Σύμφωνα με μια μελέτη από το UK Food Standarts Agency (<http://www.foodstandarts.gov.uk/multimedia/pdfs/nutallergyresearch.pdf>), η πλειονότητα των αλλεργικών καταναλωτών λάμβαναν το ρίσκο να καταναλώσουν προϊόντα με προληπτική επισήμανση αλλεργιογόνων (risk-takers), και μόνο λίγοι απέφευγαν να τα αγοράσουν (total-avoiders).

Οι αλλεργικές καταναλωτικές ομάδες όπως η EFA, αρχίζουν να απαιτούν από την Ε.Ε να ρυθμιστεί η προληπτική επισήμανση. Βέβαια η πρόσθετη νομοθεσία μπορεί να μην είναι απαραίτητη σε κάποιες χώρες, όπως π.χ στην UK, όπου οι κατασκευαστές θα πρέπει να ασκούν την “οφειλόμενη επιμέλεια”(due diligence) στο πλαίσιο της γενικότερης νομοθεσίας ασφάλειας τροφίμων.

Εκτός από τα προσυσκευασμένα τρόφιμα, επίσης επείγον και αναγκαίο είναι να θεσπιστεί νομοθεσία γενικά για τα τρόφιμα που πωλούνται χωρίς συσκευασία, π.χ. αυτά των εστιατορίων, catering, fast-food, και όχι μόνο για τα συσκευασμένα, καθώς σημαντικός αριθμός αλλεργικών αντιδράσεων έχει καταγραφεί σε καταναλωτές που έτρωγαν έξω (Bock SA, Munoz-Furlong A, Sampson HA).

Πράγματι υπάρχουν πολλά παραδείγματα περιπτώσεων μοιραίων αλλεργικών αντιδράσεων, από κατανάλωση φαγητού, εκτός σπιτιού(Bock SA, Munoz-Furlag A, Sampson HA).

Με την ανάπτυξη (Helm RM, Burks AW) ευαίσθητων και αξιόπιστων μεθόδων ανίχνευσης αλλεργιογόνων (Eigenmann PA), καθώς και αξιόπιστα κατώτατα όρια σε συνδυασμό με σωστή πρακτική υγιεινής απ’ τις βιομηχανίες, η προληπτική επισήμανση θα μπορούσε να περιοριστεί και να χρησιμοποιείται μόνο όταν πραγματικά υπάρχει κίνδυνος για τον αλλεργικό καταναλωτή.

Θα πρέπει να προσθέσουμε επίσης ότι Ευρωπαϊκή οδηγία 2003/89/ EC (European Commission, 2003), η οποία τροποποιεί την οδηγία 2000/13/EC, τέθηκε σε ισχύ το Νοέμβριο του 2004 δίνοντας όμως μια μεταβατική περίοδο ενός έτους για την εφαρμογή της, ώστε να μπορέσουν οι κατασκευαστές τροφίμων να κάνουν τις απαραίτητες αλλαγές στις ετικέτες. Προϊόντα χωρίς σωστή επισήμανση δεν επιτρέπεται να πωλούνται μετά τις 25

Νοεμβρίου του 2005, ενώ προϊόντα ήδη επισημασμένα, μπορούν να πωλούνται μέχρι να τελειώσουν τα αποθέματα (παλαιό stock).

Κατά την πραγματοποίηση όμως της έρευνάς μας, υπήρξε εταιρία, η οποία δεν είχε πλήρη επισημάνση σε συγκεκριμένα προϊόντα της (ION σοκολάτες Break), αφού όπως μας δήλωσε ήταν παλαιού stock, εν έτη 2007.

Ανησυχητικό τέλος είναι το φαινόμενο ότι ακόμα και σήμερα υπάρχουν τρόφιμα στην ελληνική αγορά που πωλούνται χωρίς ετικέτα και επομένως αποτελούν κίνδυνο για τους αλλεργικούς καταναλωτές.

Στην κατηγορία αυτή ανήκουν για παράδειγμα τα φρέσκα προϊόντα αρτοποιίας. Ευτυχώς, μια αυξανόμενη συνειδητοποίηση των τροφικών αλλεργιών από τους παραγωγούς τροφίμων μπορεί να οδηγήσει στις πρωτοβουλίες από την πλευρά τους να παρασχεθούν οι πληροφορίες για τα αλλεργιογόνα συστατικά στα τρόφιμα χωρίς μια ετικέτα, π.χ στις Κάτω Χώρες ένα αρτοποιείο επιχείρησης που πουλά τα προϊόντα στις ανοικτές αγορές έχει αναπτύξει μια ιστοσελίδα : (<http://www.stoepje.nl/index.htm>) όπου οι καταναλωτές μπορούν να ψάξουν για την παρουσία ή την απουσία αλλεργιογόνων συστατικών στα προϊόντα τους (Arjon J. van Hengel).

Η βιομηχανία τροφίμων, όσον αφορά το ζήτημα των τροφικών αλλεργιών, έχει να αντιμετωπίσει πολλές προκλήσεις. Απαιτείται μια συνολική εκτίμηση όλων των στοιχείων που συμβάλουν στον κύκλο ενός προϊόντος, από την αρχική ιδέα και σχεδιασμό, μέχρι την κατανάλωσή του. Γι αυτό και οι κατασκευαστές, θα πρέπει να αναπτύξουν πολύ στενή συνεργασία με τους προμηθευτές τους και μαζί να αποφασίσουν πώς θα μειώσουν τον κίνδυνο των αλλεργιογόνων. Παρόλα αυτά, υπάρχουν κενά στον τρόπο αξιολόγησης του κινδύνου αλλεργιογονικότητας, κυρίως λόγω της έλλειψης πληροφοριών για κατώτατα όρια, αλλά και της έλλειψης σύγχρονων μηχανισμών ελέγχου και αξιολόγησης της αλλεργιογονικότητας των νέων πρωτεϊνών, των οποίων η χρήση συνεχώς αυξάνεται (R. Crevel).

5.1 ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ: απαραίτητες βελτιώσεις

Η παροχή πληροφοριών για το περιεχόμενο και τα χαρακτηριστικά των τροφίμων έχει βελτιωθεί αρκετά κατά τη διάρκεια των τελευταίων ετών, λόγω των τροποποιήσεων της νομοθετικών ρυθμίσεων για την επισήμανση των τροφίμων. Παρά ταύτα, περαιτέρω βελτιώσεις θα μπορούσαν να γίνουν.

Το μέγεθος της εγγραφής που χρησιμοποιείται στις ετικέτες τροφίμων είναι μερικές φορές πολύ μικρό για να διαβαστεί. Στα περισσότερα από τα προϊόντα που μελετήσαμε, δεν ήμαστε ικανοί να διαβάσουμε διάφορες ετικέτες τροφίμων χωρίς ένα μεγεθυντικό φακό. Εκτός από το μικρό μέγεθος, το χρώμα της εγγραφής σε συνδυασμό με το χρώμα του υποβάθρου μπορεί επίσης να προκαλέσει προβλήματα για το ευανάγνωστο των ετικετών. Επίσης τα διάφορα αλλεργιογόνα δεν έχουν ενιαίο τρόπο καταγραφής, π.χ το γάλα μπορεί να αναφέρεται ως “γάλα”, ή ως “καζεΐνη” ή ως “λακτόζη”, ή ως “ορός γάλακτος”, τα φιστίκια ως “αραχίδες” τα δε φουντούκια, καρύδια κ.λ.π, τις περισσότερες φορές αναφέρονται με τη γενικότερη ονομασία: “ξηροί καρποί” γεγονός που παραπλανεί τον αλλεργικό καταναλωτή (Arjon J. van Hengel). Οι όροι που χρησιμοποιούνται για να δηλώσουν την παρουσία ενός αλλεργιογόνου συστατικού, πρέπει να γίνουν απλοί και κατανοητοί για τον κοινό καταναλωτή και όχι τεχνικοί και δυσνόητοι π.χ. ο όρος “πρωτεΐνες γάλακτος” είναι προτιμότερος από τον όρο “ορός γάλακτος” ή “καζεΐνη” και ως είναι τεχνικά ακριβέστεροι οι δεύτεροι.

Προκειμένου να παρασχεθούν σαφείς πληροφορίες για την παρουσία αλλεργιογόνων συστατικών τροφίμων μια λίστα τέτοιων συστατικών σε μια χωριστή δήλωση μετά από τον κατάλογο συστατικών, όπως παρατηρήθηκε στις ετικέτες διάφορων τροφίμων σε άλλες χώρες της ευρωπαϊκής ένωσης, θα ήταν ενδεδειγμένη (Arjon J. van Hengel). Αυτό θα ήταν επιβοηθητικό για τον αλλεργικό καταναλωτή ώστε να γνωρίζει πού ακριβώς βρίσκονται οι συγκεκριμένες πληροφορίες πάνω στη συσκευασία. Για καλύτερη ενημέρωση, θα έπρεπε η προληπτική επισήμανση να τοποθετηθεί αμέσως μετά. Τέλος η παροχή πληροφοριών για τους αλλεργικούς καταναλωτές τροφίμων θα μπορούσε να βελτιωθεί περαιτέρω με τη βοήθεια χρήσης κωδικοποιημένων χρωμάτων ή της χρήσης των συμβόλων για να δείξει την παρουσία ή την απουσία αλλεργιογόνων συστατικών (Arjon J. van Hengel).

5.2 ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΕΥΝΑ

Δυστυχώς δεν ήταν εύκολο να μελετήσουμε όλα τα προϊόντα που ανήκαν στις κατηγορίες που επιλέξαμε, καθώς η καταγραφή των συστατικών των προϊόντων, έγινε απευθείας από τα ράφια των καταστημάτων τροφίμων, τη στιγμή που τα εργοστάσια δεν παρείχαν δείγματα και επίσης υπήρχε μεγάλη προκατάληψη και καχυποψία γενικότερα προς εμάς που ασχοληθήκαμε με την καταγραφή των συστατικών.

Πρέπει να σημειώσουμε ότι δεν καταφέραμε να επισκεφθούμε όλα τα εργοστάσια παραγωγής τροφίμων που μας ενδιέφεραν, για να έχουμε πληρέστερη και σαφέστερη εικόνα. Μάλιστα στα εργοστάσια που δέχθηκαν να τους επισκεφθούμε, δεν μας παρείχαν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουμε τον τρόπο παραγωγής και ελέγχου (για αλλεργιογόνα) των προϊόντων. Τονίζουμε δε ότι οι παραγωγοί είναι ιδιαίτερα επιφυλακτικοί σε κάθε είδους έρευνα.

ПАРТИНА

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΥΓΕΙΑΣ

1. Nestle Noir intense 70% κακάο:

Σοκολάτα εξαιρετικής ποιότητας με 70%κακάο

Συστατικά: μάζα κακάο, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, φυσικό άρωμα βανίλιας.

Πιθανόν να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, γλουτένης, γάλακτος και αυγού. Στερεά κακάο 70% τουλάχιστον.

2. Nestle dessert σοκολάτα κουβερτούρα 52% κακάο:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες.

Πιθανόν να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών και γάλακτος . Στερεά κακάο 52% τουλάχιστον.

3. Nestle Dark:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φιστικιών, πρωτεϊνών γάλακτος, φουντουκιών, αμυγδάλων και πρωτεϊνών αυγού. Στερεά κακάο στη σοκολάτα 48,7% τουλάχιστον.

4. CRUNCH Dark attack -Nestle:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, τραγανιστοί κόκκοι δημητριακών 10%(ρυζάλευρο, ζάχαρη, δεξτρόζη, αλεύρι βύνης κριθαριού, φυτικό λιπαρό, αλάτι) βούτυρο κακάο, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φιστικιών, άλλων ξηρών καρπών, γάλακτος και αυγού. Η σοκολάτα περιέχει τουλάχιστον 48,3% στερεά κακάο.

5. Finetti Bitter:

Συστατικά: μάζα κακάο, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη, στερεά κακάο 45%min. Πιθανόν να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνες σίτου.

6. Finetti 70%κακάο σοκολάτα υγείας:

Συστατικά: μάζα κακάο, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας E, βανιλίνη, στερεά κακάο 70%min. Πιθανόν να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, πρωτεϊνών σίτου και πρωτεϊνών γάλακτος.

7. ION Break σοκολάτα υγείας:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη, βανιλίνη), στερεά κακάο 52% min.

8. ION Break σοκολάτα υγείας με ολόκληρα αμύγδαλα:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, αμύγδαλα 17%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, στερεά κακάο 50,5% min.

9. ION κουβερτούρα:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη, συστατικά κακάο 58% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών πρωτεϊνών σίτου.

10. ION σοκολάτα υγείας:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη, στερεά κακάο 45% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, πρωτεϊνών γάλακτος και πρωτεϊνών σίτου.

11. Σοκολάτα υγείας mousse κακάο ION:

Συστατικά:

Σοκολάτα: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη.

Γέμιση (35%): υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, ζάχαρη, δεξτρόζη, γάλα σκόνη, αφυδατωμένη φράουλα 1,5%(φράουλα 15%), γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, ρυθμιστής οξύτητας: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη, άρωμα.

Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου.

12. Σοκολάτα υγείας φράουλα ION:

Συστατικά:

Σοκολάτα υγείας: ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη.

Γέμιση 40%: ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, σκόνη κακάο(10-12% λίπος)14%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, πρωτεϊνών γάλακτος και πρωτεϊνών σίτου.

13. Σοκοφρέτα με σοκολάτα υγείας ION:

Συστατικά: σοκολάτα υγείας 30%(ζάχαρη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, άλευρο σίτου, σκόνη κακάο(10-12% λίπος), γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, E471, μέσα διόγκωσης: όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών και πρωτεϊνών γάλακτος.

14. Σοκολάτα υγείας αμυγδάλου ION:

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, αμύγδαλα 20%, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη, στερεά κακάο 45% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών, πρωτεϊνών γάλακτος και πρωτεϊνών σίτου.

15. Σοκολάτα υγείας αμυγδάλου ION mini(σοκολατάκια):

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο ,αμύγδαλα 12%, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη, στερεά κακάο 45%min. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών, πρωτεϊνών γάλακτος και πρωτεϊνών σίτου.

16. Κουβερτούρα Γιώτης:

Συστατικά: ζάχαρη , κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, τεχνητά αρωματισμένο: βανιλίνη. Στερεά κακάο 54 %min. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, αραχίδες, σιτηρά που περιέχουν γλουτένη, γάλα και τα προϊόντα του.

17. Κουβερτούρα σε σταγόνες Γιώτης:

Συστατικά: ζάχαρη , κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Στερεά κακάο 54 %min.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, αραχίδες, σιτηρά που περιέχουν γλουτένη, γάλα και τα προϊόντα του.

18. Σοκολάτα Υγείας Παυλίδου εκλεκτή 70% κακάο:

Συστατικά: κακαομάζα, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακάο σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), άρωμα(βανιλίνη), στερεά κακάο 70% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, γάλα και σιτάρι.

19. Σοκολάτα Υγείας Παυλίδου :

Συστατικά: ζάχαρη, κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), άρωμα(βανιλίνη), στερεά κακάο 43% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, γάλα και σιτάρι.

20. Παυλίδης κουβερτούρα:

Συστατικά: ζάχαρη, κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), άρωμα(βανιλίνη). Στερεά κακάο 43% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, πρωτεΐνες γάλακτος και πρωτεΐνες σίτου.

21. Σοκολάτα Παυλίδου υγείας-Σοκολατίνη υγείας:

Συστατικά: ζάχαρη, κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), άρωμα(βανιλίνη).Στερεά κακάο 43%min. Μπορεί να περιέχει ίχνη από αμύγδαλα, φουντουκιά, πρωτεΐνες γάλακτος και προϊόντα σίτου.

22. Σοκολάτα Παυλίδου υγείας με φουντούκια:

Συστατικά: ζάχαρη, κακαομάζα, φουντούκια 10%, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), άρωμα(βανιλίνη), στερεά κακάο 35%min. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς, γάλα και σιτάρι.

23. Mabel-ολόκληρα αμύγδαλα επικαλυμμένα με σοκολάτα υγείας:

Συστατικά: ζάχαρη, αμύγδαλα 20%, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, σκόνη κακάο(10-12% λίπος), λακτόζη, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας E476, μέσα γλασαρίσματος:

E414, E904, βανιλίνη, στερεά κακάο 38%min. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου.

24. Astir μαργαρίτες bitter:

Συστατικά: κακάο 50% τουλάχιστον, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη αμυγδάλου, φουντουκιού, γάλακτος και πρωτεϊνών σίτου.

25. OSCAR cherry- με γνήσια σοκολάτα υγείας και cherry liqueur:

Σύνθεση: κακαομάζα, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, (κακάο 45%, πλήρες γάλα σκόνη 14% ελάχιστο στη σοκολάτα γάλακτος), κακάο 30%, λεκιθίνη, βανιλίνη.

Γέμιση: ξηροί καρποί πολτός, υδρογονωμένα φυτικά λιπαρά, ζάχαρη, ορός γάλακτος, λακτόζη, οινόπνευμα, αμυλοσίροπο, φυτικά και τεχνητά αρώματα γαλακτωματοποιητής.

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

1. Nesquik σοκολάτα πλούσια σε γάλα (5201219463739) NESTLE:

Γεμιστή σοκολάτα γάλακτος.

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, πλήρες γάλα σε σκόνη (21%), μάζα κακάο, φυτικό λιπαρό, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, λακτόζη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας, E476). Αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φιστικιών, φουντουκιών, αμυγδάλων, σόγιας και γλουτένης. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει φυτικά λιπαρά επιπλέον του βουτύρου κακάο. Στερεά κακάο στη σοκολάτα γάλακτος τουλάχιστον 25%.

2. Nesquik γκοφρέτα με θρεπτικό γάλα και επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος (8690632550527) NESTLE:

Γκοφρέτα με επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος (40%)

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 40% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, λακτόζη, ορός γάλακτος, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη (5%), άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, πολυρικινελαϊκή πολυγλυκερόλη, αρωματική ύλη), ζάχαρη, σιτάλευρο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, ορός γάλακτος, λακτόζη, άλευρο σόγιας, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη 3%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αλάτι, αρωματικές ύλες, διογκωτικό μέσο: όξινο ανθρακικό νάτριο, κανέλλα. Πιθανόν να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών.

3. Chocolat a la crème de café (7610100033117) NESTLE:

Σοκολάτα γάλακτος με γέμιση καφέ & κομμάτια κόκκων κακάο – milk chocolate with a creamy coffee filling & cocoa bean pieces

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, ζαχαρούχο συμπυκνωμένο γάλα, φουντούκια, φυτικό λιπαρό, μάζα κακάο, καραμελωμένα κομμάτια κόκκων κακάο 4%, κακάο, εκχύλισμα καφέ 1,5%, πλήρες γάλα σε σκόνη, άνυδρο βούτυρο γάλακτος,

γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, εκχύλισμα βανίλιας. Πιθανόν να περιέχει ίχνη αμυγδάλων.

4. Μπισκοτοσοκολάτα με πραλίνα αμυγδάλου (3800020412763) NESTLE:

Σοκολάτα γάλακτος 44% με μπισκότο και γέμιση πραλίνας αμυγδάλου.

Συστατικά: ζάχαρη, σιτάλευρο, γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, μάζα κακάο, φυτικό λιπαρό, γέμιση πραλίνας αμυγδάλου (καβουρδισμένα αμύγδαλα, σιρόπι γλυκόζης, ζάχαρη, μέλι, άμυλο πατάτας, ασπράδι αβγού, αρωματική ύλη), ορός γάλακτος σε σκόνη, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, διογκωτικά μέσα (δισόξινο ανθρακικό νάτριο, δισόξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φουντουκιών και φιστικιών.

5. Γκοφρετοσοκολάτα με πραλίνα φουντουκιού (3800020412756) NESTLE:

Σοκολάτα γάλακτος (45%) με γκοφρέτα γεμισμένη με πραλίνα φουντουκιού.

Συστατικά: ζάχαρη, σιτάλευρο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, βούτυρο κακάο, γάλα σε σκόνη, μάζα κακάο, φουντούκια (2,9%), ορός γάλακτος σε σκόνη, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, φυτικό λιπαρό, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες, διογκωτικό μέσο: δισόξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, μαγιά. Πιθανόν να περιέχει ίχνη αμυγδάλων, φιστικιών και αβγού.

6. Choco flakes – σοκολάτα με corn flakes (7613031379996) NESTLE:

Τραγανή ράβδος με 36,2% νιφάδες καλαμποκιού και 25% σοκολάτα γάλακτος.

Συστατικά: νιφάδες καλαμποκιού (σιμιγδάλι καλαμποκιού, ζάχαρη, αλάτι, εκχύλισμα βύνης κριθαριού), ζάχαρη, φυτικό λιπαρό, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γάλα σε σκόνη, ορός γάλακτος σε σκόνη, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φιστικιών, άλλων ξηρών καρπών και αυγού.

7. Crunch (μικρή) (8000300087703) NESTLE:

Σοκολάτα γάλακτος με τραγανιστούς κόκκους ρυζιού και δημητριακών. Κακάο: 30% τουλάχιστον.

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σε σκόνη, δημητριακά 14% (ρυζάλευρο, ζάχαρη, άλευρο καλαμποκιού, γλουτένη, δεξτρόζη, αλάτι, υδρογονωμένο φυτικό έλαιο), μάζα κακάο, ορός γάλακτος σε σκόνη, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες. Πιθανόν να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς (καρύδια, φιστίκια), σουσάμι, αυγό.

8. Crunch (κανονική) (3033710001279) NESTLE:

Σοκολάτα γάλακτος με τραγανούς κόκκους ρυζιού και δημητριακών. Κακάο τουλάχιστον 30%.

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κόκκοι ρυζιού και δημητριακών 15% (ρυζάλευρο, ζάχαρη, άλευρο καλαμποκιού, βύνη σίτου, γλουτένη σίτου, γλυκόζη, αλάτι, φοινικέλαιο), γάλα σε σκόνη, μάζα κακάο, ορός γάλακτος, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματική ύλη. Πιθανόν να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών, σουσαμιού και αυγού.

9. CRUNCH Λευκή σοκολάτα με τραγανιστούς κόκκους ρυζιού – white chocolate with crisped rice (5000189283015>) – NESTLE:

Λευκή σοκολάτα με τραγανιστούς κόκκους ρυζιού.

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα πλήρες σε σκόνη, βούτυρο κακάο, τραγανιστό ρύζι 10% (ρύζι, ζάχαρη, αλάτι, εκχύλισμα βύνης, γαλακτωματοποιητής: E471), ορός γάλακτος, φυτικό λιπαρό, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματικές ύλες. Η λευκή σοκολάτα περιέχει φυτικά λιπαρά επιπρόσθετα του βούτυρο κακάο.

10. Γκοφρέτα (3800020433287) NESTLE:

Γκοφρέτα με γέμιση φουντουκιού επικαλυμμένη με σοκολάτα γάλακτος.

Συστατικά: ζάχαρη, σιτάλευρο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, βούτυρο κακάο, σκόνη γάλα, ορός γάλακτος σε σκόνη, φουντούκια (3,2%), μάζα κακάο, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αλάτι, αρωματικές ύλες, διογκωτικό μέσο: δισόξινο ανθρακικό νάτριο. Πιθανόν να περιέχει ίχνη φιστικιών και άλλων ξηρών καρπών.

11. Kitkat (50251094) NESTLE:

Συστατικά: ζάχαρη, σιτάλευρο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, λακτόζη, μάζα κακάο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, ορός γάλακτος, άνυδρο βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, πολυρικινελαιική πολυγλυκερίνη, αποβουτυρωμένο κακάο, μαγιά, αλάτι, διογκωτικό μέσο: ανθρακικό νάτριο, αρωματική ύλη.

12. Kitkat white (3800020431436) NESTLE:

Τραγανή γκοφρέτα (35%) επικαλυμμένη με λευκή σοκολάτα.

Συστατικά: γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, σιτάλευρο, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, μάζα κακάο, φυτικό λιπαρό, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, διογκωτικό μέσο

13. FINETTI Σοκολάτα γάλακτος (5201911300158):

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σκόνη, μάζα κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας E322, βανιλίνη, στερεά κακάο 25% τουλάχιστον, στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

14. FINETTI με αμύγδαλα – σοκολάτα γάλακτος (5201911300165):

Σοκολάτα γάλακτος με αμύγδαλα

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σκόνη, αμύγδαλα (16%), μάζα κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας E322, βανιλίνη. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

15. FINETTI Dream double rolled wafer filled with strawberry yogurt & coated with milk chocolate (5941208000513):

Γιαούρτι φράουλα επικαλυμένη με σοκολάτα γάλακτος.

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος (33%): ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σκόνη, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), βανιλίνη. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον, στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον.

Συστατικά: κρέμα γιαούρτι φράουλα: ζάχαρη, φυτικά έλαια, ορρός γάλακτος σε σκόνη, γάλα άπαχο σε σκόνη, άπαχο γιαούρτι σε σκόνη, άμυλο καλαμποκιού, αποξηραμένα κομμάτια φράουλας, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), σταθεροποιητής μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων (E471), βανιλίνη, άρωμα. Βάφλα: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, γάλα άπαχο, φυτικά έλαια, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), αλάτι, βανιλίνη, άρωμα, διακόσμηση: ζάχαρη, σιτάρι, κακάο σε σκόνη, φοινικέλαιο, μάζα κακάο. Μπορεί να περιέχει ίχνη από φιστίκια.

16. FINETTI Dream double rolled wafer filled with hazelnut cream & coated with milk chocolate (5941208000391):

Κρέμα πραλίνας φουντουκιού επικαλυμένη με σοκολάτα γάλακτος.

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος (33%): ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σκόνη, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), βανιλίνη. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Κρέμα πραλίνας φουντουκιού (32,5%): ζάχαρη, φυτικά έλαια, ορός γάλακτος σε σκόνη, φουντουκόπαστα, γάλα άπαχο, σκόνη κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), σταθεροποιητής μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων (E471), βανιλίνη, άρωμα, αλάτι. Βάφλα (32,5%): αλεύρι σίτου, ζάχαρη, γάλα άπαχο, φυτικές χρωστικές: καραμελόχρωμα, φυτικά έλαια, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας (E322), αλάτι, βανιλίνη, άρωμα. Διακόσμηση: ζάχαρη, σιτάρι, κακάο σε σκόνη, φοινικέλαιο, μάζα κακάο. Μπορεί να περιέχει ίχνη από φιστίκια.

17. Σοκολάτα γάλακτος φουντουκιού (με ολόκληρα φουντούκια) (5012501013170) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, φουντούκια 20%, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη. Στερεά κακάο: 28,5% min.

18. Σοκολάτα γάλακτος αμυγδάλου (5012501012029) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, αμύγδαλα (20%), βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη. Στερεά κακάο 28,5% min.

19. Derby – σοκολάτα γάλακτος με crisp rice και γέμιση καρύδας (5012501090003>) ION:

Σύνθεση: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, crisp rice: 5,5%, γέμιση καρύδας (60%): ζάχαρη, αμυλοσιρόπιο, καρύδα (22%), υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, εκχύλισμα βύνης. Γαλακτωματοποιητής: μονογλυκερίδια λιπαρών οξέων, πρωτεΐνες γάλακτος, βανιλίνη.

20. Σοκοφρέτα – γκοφρέτα σοκολάτας γάλακτος με φουντούκια (5012501081100>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 37% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σε σκόνη, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, φουντούκια 8%, άλευρο σίτου, σκόνη κακάο, αμύγδαλα, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, E471, μέσο οξίνισης: κιτρικό οξύ, μέσα διόγκωσης: όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο, βανιλίνη.

21. Σοκοφρέτα αμυγδάλου – γκοφρέτα σοκολάτας γάλακτος με αμύγδαλα (5012501081124>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 40% (ζάχαρη, γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), αμύγδαλα (9%), ζάχαρη, άλευρο σίτου, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, γάλα σε σκόνη, σκόνη κακάο, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, μονογλυκερίδια λιπαρών οξέων, μέσο όξυνσης: κιτρικό οξύ, μέσα διόγκωσης: όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών.

22. Σοκοφρετίνια (5012501081209>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 30% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σε σκόνη, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, άλευρο σίτου, σκόνη κακάο, αμύγδαλα, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, μονογλυκερίδια λιπαρών οξέων (E471), μέσο όξυνσης: κιτρικό οξύ, μέσο διόγκωσης: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη.

23. Break φράουλα – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος με κρέμα φράουλας (5012501015419) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, γέμιση (35%): υδρογ. φυτική λιπαρή, ύλη, ζάχαρη, δεξτρόζη, γάλα σκόνη, αφυδατωμένη φράουλα 1,5% (φράουλα 15%), γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, ρυθμιστής οξύτητας: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη, άρωμα.

24. Break cappuccino – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος με κρέμα cappuccino (5012501015433>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη. Κρέμα cappuccino (35%): υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, ζάχαρη, δεξτρόζη, γάλα σκόνη, καφές σε σκόνη (2,5%), γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, ρυθμιστής οξύτητας: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη, άρωμα.

25. Break λευκή σοκολάτα με σταφίδες, αμύγδαλα και φουντούκια (5012501049414) ION:

Συστατικά: γάλα σκόνη, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, σταφίδες 8%, αμύγδαλα 7%, φουντούκια 7%, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη.

26. Break πραλίνα – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος με πραλίνα φουντουκιού (5012501015426) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, γέμιση (40%): ζάχαρη, φουντούκια 35%, υδρογ. φυτ. λιπαρή, ύλη, σκόνη κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη.

27. Break coconut – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος με κρέμα καρύδας (5012501015440>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο, κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, γέμιση (35%): υδρογ. φυτ. λιπαρή, ύλη, ζάχαρη, δεξτρόζη, γάλα σκόνη, αφυδατωμένη καρύδα 7%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, ρυθμιστής οξύτητας: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη, άρωμα.

28. Break σοκολάτα γάλακτος με σταφίδες, αμύγδαλα και φουντούκια (5012501029416>) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, σταφίδες 12%, μάζα κακάο, αμύγδαλα 5%, φουντούκια 5%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, στερεά, κακάο 33% min.

29. Break σοκολάτα γάλακτος με ολόκληρα αμύγδαλα (5012501022417>) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, αμύγδαλα 17%, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, στερεά κακάο 33% min.

30. Serano – σοκολάτα γάλακτος πολυτελείας (5012501045003) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη, γάλα σκόνη, μάζα κακάο, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Γέμιση (40%): ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, μάζα κακάο 15%, ορός γάλακτος σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου.

31. Break σοκολάτα γάλακτος (5012501010414>) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο. Γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, στερεά κακάο 33% min.

32. Break σοκολάτα γάλακτος με ολόκληρα φουντούκια (5012501013415>) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, φουντούκια 17%, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη, στερεά κακάο 33% min.

33. Λευκή σοκολάτα φουντουκιού (5012501043092) ION:

Λευκή σοκολάτα φουντουκιού

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, φουντούκια 14%, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου.

34. Σοκοφρέτα – γκοφρέτα σοκολάτας γάλακτος (5012501081049>) ION:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 30% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα σε σκόνη, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη, άλευρο σίτου, σκόνη κακάο, αμύγδαλα, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, μονογλυκερίδια λιπαρών οξέων (E471), μέσο οξίνισης: κιτρικό οξύ, μέσο διόγκωσης: όξινο ανθρακικό νάτριο, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών.

35. Σοκολάτα γάλακτος αμυγδάλου (5012501022141) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, αμύγδαλα 16%, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Στερεά κακάο: 28% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη άλλων ξηρών καρπών και πρωτεϊνών σίτου.

36. Σοκολάτα γάλακτος (5012501010148) ION:

Συστατικά: ζάχαρη, γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, μάζα κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη. Στερεά κακάο: 28,5% min. Μπορεί να περιέχει ίχνη ξηρών καρπών και πρωτεΐνη σίτου.

37. CAOTONIC Γκοφρέτα – γκοφρέτα με σοκολάτα πλούσια σε γάλα και βιταμίνες (5201002003005) – ΓΙΩΤΗΣ:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος: ζάχαρη (38,9%), γάλα πλήρες σε σκόνη (21,6%), βούτυρο κακάο (15,1%), κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βιταμίνες. Τεχνητά αρωματισμένο: βανιλίνη. Στερεά κακάο: 31,0% minimum. Γκοφρέτα: ζάχαρη, αλεύρι, φυτικά λιπαρά, ορός γάλακτος, άμυλο αραβοσίτου, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, σογιάλευρο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, διογκωτική ύλη: όξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, τεχνητά αρωματισμένο: βανιλίνη. Σοκολάτα (33,3%) – γκοφρέτα (56,7%).

38. MARS Choco (5000159026932>) MASTERFOODS:

Σοκολάτα γάλακτος MARS γεμιστή με μαλακό νουγκά (33%) και καραμέλα (27%)
Συστατικά: ζάχαρη, σιρόπι γλυκόζης, βούτυρο κακάο, πλήρες γάλα σε σκόνη, φυτικό λίπος, κακαόμαζα, λακτόζη, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, σκόνη κακάο μειωμένων λιπαρών, λιπαρά γάλακτος, εκχύλισμα βύνης, αλάτι, γαλακτωματοποιητής (σόγια λεκιθίνη), ασπράδια αυγών, πρωτεΐνες γάλακτος υδρολυμένες, αρώματα. (Ίχνη: φιστίκι, φουντούκι, αμύγδαλο).

39. MARS Delight – απροσδόκητα τραγανή, βελούδινα απολαυστική (5000159339759>) MASTERFOODS:

Τραγανή κυματιστή βάφλα περιβαλλόμενη από κρέμα καραμέλα (21%) και κρέμα κακάο (25%) επικαλυμμένη με σοκολάτα γάλακτος (44%)

Συστατικά: ζάχαρη, φυτικό λίπος, πλήρες γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, μαλτοδεξτρίνη, λακτόζη, κακαόμαζα, αλεύρι σίτου, δεξτρόζη, ορός γάλακτος σε σκόνη, κρέμα γάλακτος σε σκόνη, εκχύλισμα βύνης, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, σκόνη κακάο μειωμένων λιπαρών, γαλακτωματοποιητής (σόγια λεκιθίνη), λιπαρά γάλακτος, αλάτι, αρώματα. (Ίχνη: φουντούκι, αμύγδαλο).

40. BOUNTY σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με καρύδα (<40111216>)

MASTERFOODS:

Συστατικά: ζάχαρη, αποξηραμένη καρύδα (21%), σιρόπι γλυκόζης, βούτυρο κακάο, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής (μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, σόγια λεκιθίνη), λακτόζη, λιπαρά γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, υγραντικές ουσίες (γλυκερόλη), αλάτι, αρώματα.

41. TWIX Choco (<40111315>) MASTERFOODS:

Μπισκότο με καραμέλα (32%) και σοκολάτα γάλακτος (35%)

Συστατικά: ζάχαρη, σιρόπι γλυκόζης, αλεύρι σίτου, υδρογονοποιημένο φυτικό λίπος, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, λακτόζη, λιπαρά γάλακτος, απαλατοποιημένη σκόνη γάλακτος, αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), σκόνη κακάο μειωμένων λιπαρών, διογκωτική ύλη (όξινο ανθρακικό νάτριο), άρωμα. (Ίχνη: φουντούκι, αμύγδαλο).

42. SNICKERS Choco (<40111261>) MASTERFOODS:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με μαλακό νουγκά (14%), καραμέλα (27%) και φρεσκοψημένα φιστίκια (24%)

Συστατικά: ζάχαρη, φιστίκια, σιρόπι γλυκόζης, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, βούτυρο κακάο, φυτικό λίπος, κακαόμαζα, λακτόζη, λιπαρά γάλακτος, απαλατοποιημένη σκόνη γάλακτος, υδρογονοποιημένο φυτικό λίπος, αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), ασπράδι αυγού, υδρολυμένη πρωτεΐνη γάλακτος, άρωμα

43. Kiss – σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με κρέμα γεύση γάλα και φράουλα (5201057002084>) ΠΑΥΛΙΔΗΣ- KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με κρέμα (34%) γεύση γάλα και φράουλα.

Συστατικά: ζάχαρη, σιρόπι γλυκόζης, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, ορός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, ιμβερτοποιήμενα ζάχαρα, νερό, βούτυρο γάλακτος, φυτικό λίπος, κακάο σκόνη, ασπράδι αυγού σε σκόνη, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), αρώματα, φυσική χρωστική (παντζαρόχρωμα). Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: στερεά κακάο 25% τουλάχιστον, στερεά γάλακτος 25% τουλάχιστον.

44. MILKA Lila pause – fraise-aardbel-fragola-fresa-strawberry-φράουλα (40257389) KRAFT:

Συστατικά: ζάχαρη, φυτικό λίπος, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, λακτόζη, κακαόμαζα, διογκωμένο ρύζι 5% (ρύζι, ζάχαρη, εκχύλισμα βύνης, αλάτι), ορός γάλακτος σε σκόνη, αποβουτυρωμένο γιαούρτι σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, φράουλα σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), φουντούκια, μέσο οξίνισης (κιτρικό οξύ), αρώματα. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 30% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και σιτάρι.

45. Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή καραμέλα (7622400953736>) ΠΑΥΛΙΔΗΣ - KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος με γέμιση (28%) καραμέλα.

Συστατικά: ζάχαρη, καραμέλα, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, κακαόμαζα, ορός γάλακτος σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), άρωμα (βανιλίνη). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

46. 3BIT Γκοφρέτα με σοκολάτα γάλακτος και κρέμα κακάο (7622400338816) ΠΑΥΛΙΔΗΣ- KRAFT:

Γκοφρέτα (18,5%) επικαλυμμένη με σοκολάτα γάλακτος (31,5%) και κρέμα με γεύση κακάο (49,9%):

Συστατικά: ζάχαρη, αλεύρι σίτου, υδρογονωμένα φυτικά λιπαρά, βούτυρο κακάο, λακτόζη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, ορός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη (2,6%), βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), άμυλο πατάτας, φυτικό έλαιο, φουντουκόπαστα, μέσα διόγκωσης (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, αρώματα. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 30% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς.

47. 3BIT γεμιστή σοκολάτα γάλακτος Παυλίδη με κρέμα και μπισκότο (5201057001483) ΠΑΥΛΙΔΗΣ -KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με λευκή κρέμα (26,5%) που περιέχει γάλα και μπισκότο (12,9%).

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, αλεύρι σίτου, υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, ορός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, φυτικά έλαια, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος, στεατοϋλο-2-γαλακτυλικό νάτριο), δεξτρόζη, αλάτι, αρώματα, διογκωτική ύλη (όξινο ανθρακικό νάτριο). Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον.

48. LACTA με αμύγδαλα (5201057011444>) KRAFT:

Lacta σοκολάτα γάλακτος με αμύγδαλα

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, αμύγδαλα (10%), κακαόμαζα, βούτυρο γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), άρωμα (βανιλίνη). Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και σιτάρι. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον.

49. 3 BIT – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος Παυλίδη με κρέμα και μπισκότο Digestive (7622400404771) ΠΑΥΛΙΔΗΣ -KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με λευκή κρέμα (33%) που περιέχει γάλα και μπισκότο με σιτάρι ολικής άλεσης.

Συστατικά: ζάχαρη, μπισκότο (18,5%) [αλεύρι σίτου, φυτικό έλαιο, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης (12,8%), ζάχαρη, ιμβερτοποιήμενα σάκχαρα, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), πλήρες γάλα σε σκόνη, αλάτι, αρώματα] αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, μερικώς υδρογονωμένο φυτικό λίπος, ορός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, φυτικό λίπος, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), αρώματα. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον.

50. LACTA Lov'it – γκοφρέτα τυλιγμένη σε πλούσια σοκολάτα γάλακτος (7622400485770>) KRAFT:

Γκοφρέτα (10%) με επικάλυψη σοκολάτα γάλακτος (46%), γέμιση κρέμα (22%) και γέμιση με γεύση σοκολάτα (20%).

Συστατικά: ζάχαρη, αλεύρι σίτου, βούτυρο κακάο, υδρογονωμένα φυτικά έλαια, κακαόμαζα, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, ορός γάλακτος σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αλάτι, εκχύλισμα καφέ, αρώματα. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη αυγού. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο: 32% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος: 14% τουλάχιστον.

51. Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή φράουλα (5201057015664>) ΠΑΥΛΙΑΔΗΣ -KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος με γέμιση (35%) γεύση φράουλα.

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, υδρογονωμένα φυτικά λίπη, ορός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, φυτικά έλαια, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), αρώματα (φράουλα, βανιλίνη), χρωστική (καρμίνιο). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

52. LACTA με φουντούκια (5201057011420>) KRAFT:

Lacta σοκολάτα γάλακτος με φουντούκια

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, φουντούκια (10%), κακαόμαζα, βούτυρο γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), άρωμα (βανιλίνη). Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και σιτάρι. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον.

53. Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή κεράσι (5201057015725) ΠΑΥΛΙΑΔΗΣ - KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος με ρευστή γέμιση (20%) γεύση τσέρρυ.

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, κακαόμαζα, νερό, ορός γάλακτος σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, αλκοόλη πηκτικό μέσο (πηκτίνη), λικέρ τσέρρυ, μέσο οξίνισης (κιτρικό οξύ), χρωστική (παντζαρόχρωμα), αρώματα (κεράσι, βανιλίνη). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, λεκιθίνη σόγιας και πρωτεΐνη σίτου.

54. LACTA Velvet σοκολάτα γάλακτος με αφράτη κρέμα κακάο (7622300068738>)

KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος με κρέμα κακάο (45%)

Συστατικά: ζάχαρη, φυτικά λίπη, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη (8,9%), αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, πλήρες γάλα σε σκόνη, κακαόμαζα, ορός γάλακτος σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), φουντούκια, αρώματα. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και σιτάρι.

55. Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή πραλίνα (7622400953804>) ΠΑΥΛΙΔΗΣ - KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος με γέμιση πραλίνα φουντουκιού (30%)

Συστατικά: ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, ορός γάλακτος σε σκόνη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, φυτικό έλαιο, βούτυρο γάλακτος, μερικώς υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, φουντουκόπαστα, γαλακτωματοποιητές (λεκιθίνη σόγιας, πολυγλυκερίδια του πολυρυκινελαϊκού οξέος), αρώματα (βανιλίνη, φουντούκι). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς και πρωτεΐνη σίτου.

56. LACTA σοκολάτα γάλακτος (7622300044251>) KRAFT:

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, βούτυρο γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), άρωμα (βανιλίνη). Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς και σιτάρι. Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον

57. LACTA Lov'it waffle 'n' praline σοκολάτα γάλακτος με βάφλα, πραλίνα και καραμελωμένα φουντούκια (7622400813306) KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με κρέμα φουντουκιού (38,2%), καραμελωμένα φουντούκια (2%), και γκοφρέτα (6,8%).

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, φυτικό λίπος, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, αλεύρι σίτου, ορός γάλακτος σε σκόνη, φουντούκια, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), μερικώς υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, αρώματα, αλάτι, μέσο διόγκωσης (όξινο ανθρακικό νάτριο). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς.

58. LACTA Lov'it choc 'n' choc σοκολάτα γάλακτος με σοκολατένιο μπισκότο, μους σοκολάτας και καραμελωμένα φουντούκια (7622400921995>) KRAFT:

Σοκολάτα γάλακτος γεμιστή με κρέμα κακάο (38,2%), καραμελωμένα φουντούκια (1,8%) και μπισκότο κακάο (18,6%).

Συστατικά: ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, φυτικό λίπος, αλεύρι σίτου, βούτυρο κακάο, κακάο σκόνη, φουντούκια, κακαόμαζα, βούτυρο γάλακτος, ορός γάλακτος σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), πλήρες γάλα σε σκόνη, αλάτι, αρώματα, μέσο διόγκωσης (όξινο ανθρακικό νάτριο). Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: Στερεά κακάο 25% τουλάχιστον. Στερεά γάλακτος 14% τουλάχιστον. Μπορεί να περιέχει ίχνη από άλλους ξηρούς καρπούς.

59. BINGO Serenata double – γκοφρέτα με διπλή επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος (5201008407746):

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 54% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα πλήρες σε σκόνη (περιέχει λακτόζη), κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, φυτικά λιπαρά, αλεύρι (περιέχει γλουτένη), φουντουκόπαστα, αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη, άμυλο αραβοσίτου, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, σογιάλευρο, ορρός γάλακτος σε σκόνη (περιέχει λακτόζη), διογκωτικό: δισσανθρακική σόδα, αλάτι, βανιλίνη. Η σοκολάτα γάλακτος περιέχει: στερεά κακάο:37% τουλάχιστον, στερεά γάλακτος επί ξηρού:15% τουλάχιστον.

60. BINGO Serenata – γκοφρέτα με σοκολάτα γάλακτος (5201008001104>):

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 33%, (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα πλήρες σε σκόνη, κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, βανιλίνη), ζάχαρη, αλεύρι, φυτικά λιπαρά, φουντουκόπαστα, αποβουτυρωμένο κακάο σκόνη, άμυλο αραβοσίτου, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη, σογιάλευρο, γάλα άπαχο σε σκόνη, διογκωτικό: σόδα, αλάτι, βανιλίνη.

61. BINGO Triplo – γεμιστή σοκολάτα γάλακτος με κρέμα πραλίνα και βάφλα

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος (46%): ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα πλήρες σε σκόνη, κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη. Γέμιση: κρέμα πραλίνα (47%) (ζάχαρη, φυτικά λιπαρά, φουντουκόπαστα, γάλα άπαχο σε σκόνη, ορρός γάλακτος σε σκόνη, κακαόμαζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη). Βάφλα (7%).

62. BINGO Κουκουρούκου – τραγανή γκοφρέτα με γέμιση & εξωτερική στρώση κρέμας κακάο Winx (5201008409054):

Συστατικά: ζάχαρη, φυτικά λιπαρά, αλεύρι σίτου (περιέχει γλουτένη), ορρός γάλακτος σε σκόνη (περιέχει λακτόζη), αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη (2%), άμυλο αραβοσίτου, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, σογιάλευρο, διογκωτικό: δισσανθρακική σόδα, αλάτι, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχονται ίχνη από φουντούκια.

63. BINGO Κουκουρούκου Τραγανή γκοφρέτα με γέμιση & εξωτερική στρώση κρέμας κακάο Megaman (5201008409047):

Συστατικά: ζάχαρη, φυτικά λιπαρά, αλεύρι σίτου (περιέχει γλουτένη), ορρός γάλακτος σε σκόνη (περιέχει λακτόζη), αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη (2%), άμυλο αραβοσίτου, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, σογιάλευρο, διογκωτικό: δισσανθρακική σόδα, αλάτι, βανιλίνη. Μπορεί να περιέχονται ίχνη από φουντούκια.

64. RITTER SPORT Marzipan (4000417025005):

Γεμιστή σοκολάτα με μαρτσιπάν (44%).

Συστατικά: ζάχαρη, μάζα κακάο, αμύγδαλα (16%), βούτυρο κακάο, νερό, σιρόπι ινβερτοζάχαρου, γαλακτωματοποιητής λεκιθίνη σόγιας, άρωμα βανιλίνη. Ενδέχεται να περιέχει ίχνη από αράπικο φιστίκι, ξηροί καρποί και προϊόντα γάλακτος.

65. KINDER Bueno πλούσιο σε γάλα (80052760):

Γκοφρέτα με επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος και γέμιση από γάλα και φουντούκια.

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 31,5% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, γάλα αποβουτυρωμένο σε σκόνη, συμπυκνωμένο βούτυρο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματική ύλη), ζάχαρη, φυτικό έλαιο, αλεύρι σίτου, φουντούκια (10,8%), γάλα αποβουτυρωμένο σε σκόνη, πλήρες γάλα σε σκόνη, σοκολάτα (ζάχαρη, κακαόμαζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματική ύλη), κακάο αποβουτυρωμένο, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), διογκωτικά ζύμης (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, αρωματική ύλη. Στο σύνολο: γάλα αποβουτυρωμένο και πλήρες γάλα σε σκόνη και στερεά γάλακτος 19,5%.

66. FERRERO Duplo (80052357):

Γκοφρέτα με επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος, με φουντούκια ολόκληρα και γέμιση σε κρεμώδη μορφή

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 31% (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, γάλα αποβουτυρωμένο σε σκόνη, συμπυκνωμένο βούτυρο, γαλακτωματοποιητής: (λεκιθίνη σόγιας, αρωματική ύλη), φουντούκια (17,8%), ζάχαρη, φυτικό έλαιο, αλεύρι σίτου, ορός γάλακτος σε σκόνη, γάλα αποβουτυρωμένο σε σκόνη, σοκολάτα (ζάχαρη, κακαόμαζα, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, αρωματική ύλη), κακάο αποβουτυρωμένο, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αλάτι, διογκωτικά ζύμης (όξινο ανθρακικό νάτριο, ανθρακικό αμμώνιο), αρωματική ύλη.

ΜΠΙΣΚΟΤΑ

1. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, σιρόπι γλυκόζης, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο πυροφωσφορικό νάτριο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγά, σόγια.

2. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ ολικής άλεσης Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, σιτάλευρο ολικής άλεσης 16,75%, αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης 6%, ζάχαρη, φυτικό λάδι, σιρόπι γλυκόζης, φυτικές ίνες, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο πυροφωσφορικό νάτριο, αλάτι, βανιλίνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας. Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγά, σόγια.

3. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ με μαύρη σοκολάτα 63%- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: ζάχαρη, κακαομάζα, σιτάλευρο, βούτυρο κακάο, βούτυρο (4%), σιρόπι γλυκόζης, συμπυκνωμένο βούτυρο, γάλα πλήρες σκόνη, ορός γάλακτος σκόνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο και κιτρικό οξύ, αλάτι, άρωμα.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, αμύγδαλα, φιστίκια.

4. Μπισκότα γεμιστά με κρέμα πραγματικού πορτοκαλιού- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, λακτόζη, σιρόπι γλυκόζης, αφυδατωμένο πορτοκάλι 1,3%, άμυλο αραβοσίτου, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, φυσικό άρωμα πορτοκάλι, φυσική χρωστική: αννάτο.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγά, σόγια, ξηρούς καρπούς, σουσάμι.

5. Μπισκότα γεμιστά με κρέμα πραγματικής φράουλας - Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, λακτόζη, σιρόπι γλυκόζης, άμυλο αραβοσίτου, σκόνη φράουλας 1,3%, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο- πυροφωσφορικό νάτριο, αλάτι, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, φυσικό άρωμα φράουλας.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, σόγια.

6. Μπισκότα γεμιστά με γεύση μπανάνα - Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, εξευγενισμένα φυτικά έλαια, άμυλο, δεξτρόζη, σιρόπι γλυκόζης, λακτόζη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, φυσική χρωστική (κουρκουμάς), φυσικό άρωμα.

7. Ποικιλία από μπισκότα βούτυρου Mama's- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, βούτυρο 24,5%, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, αυγά, δεξτρόζη, σιρόπι σορβιτόλης, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, σόγια, σουσάμι.

8. Πολυδημητριακά μπισκότα με δημητριακά και muesli- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, κομματάκια φρούτων 8% (πούλπα από κράνα, πούλπα μήλου, σιρόπι φρουκτόζης και γλυκόζης, ζάχαρη, γλυκερίνη, πηκτικό μέσο: πηκτίνη, φυσικές χρωστικές: καρότου-βατόμουρου, φυσικό άρωμα κράνων), αλεύρι σίτου ολικής άλεσης 6,5%, νιφάδες βρώμης 4%, αλεύρι σίκαλης 2%, σταφίδες σουλτανίνα 2,8%, σταφίδες κορινθιακές 2,8%, νιφάδες ρυζιού 3%(σιτάλευρο, αλεύρι ρυζιού, φυτικό λάδι, ζάχαρη, αλεύρι βύνης, όξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, βανιλίνη), σιρόπι σορβιτόλης, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας και E472e, φυσικό άρωμα: φρούτα του δάσους, βανιλίνη.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, σουσάμι, σόγια.

9. Μπισκότα Mama's με εξωτική καρύδα- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, βούτυρο, καρύδα 2,5%, λακτόζη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, φυσικό άρωμα, λεκιθίνη σόγιας.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, αυγά, σόγια, σουσάμι.

10. Μπισκότα Marie- Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, εξευγενισμένα φυτικά έλαια, πλήρες και αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη(4%) (ισοδύναμο πλήρους νωπού γάλακτος :38%), άμυλο, σιρόπι γλυκόζης, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο- όξινο πυροφωσφορικό νάτριο, αλάτι, ασβέστιο γάλακτος(0,20%), γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, άρωμα: βανιλίνη.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια.

11. Κανέλας- απολαυστικά μπισκότα-Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικό λάδι, σιρόπι γλυκόζης, λακτόζη, κανέλα σκόνη (10,750%), διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας. Παρασκευάζονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια, γάλα.

12. Μπισκότα Μιράντα - Παπαδοπούλου:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, εξευγενισμένα φυτικά έλαια, άμυλο αραβοσίτου, σιρόπι γλυκόζης, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο και όξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, φυσικό άρωμα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας. Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από: γάλα, αυγά, σόγια.

13. Παπαδοπούλου Πολυδημητριακά- μπισκότα με 4 δημητριακά και γάλα:

Συστατικά: δημητριακά 63% (σιτάλευρο ολικής άλεσης 52%, αλεύρι σίκαλης 7,8%, νιφάδες βρώμης 2,35%, αλεύρι κριθαριού 1%), ασβέστιο γάλακτος 1%, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο), σιρόπι γλυκόζης, άρωμα βανίλιας, αλάτι. Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγά, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, σόγια.

14. Παπαδοπούλου πολυδημητριακά μπισκότα με τέσσερα δημητριακά και σοκολάτα:

Συστατικά: δημητριακά 64% (αλεύρι και φλοιός σίτου 53%, αλεύρι σίκαλης 7,5%, αλεύρι κριθαριού 1%, νιφάδες βρώμης 2,3%) ζάχαρη, φυτικά έλαια, κομματάκια σοκολάτας 12,75% (ζάχαρη, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), μαύρη ζάχαρη, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, σιρόπι γλυκόζης, κακάο σκόνη 1,5%, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο),βανιλίνη, αλάτι, γάλα πλήρες σκόνη.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από: αυγά, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, σόγια.

15. Παπαδοπούλου βουτήματα με γεύση μήλου και κανέλας:

Συστατικά: σιταράλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, βούτυρο, αυγά, σογιάλευρο, κανέλα 0,65%, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο- όξινο ανθρακικό νάτριο, αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, άρωμα..

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, γάλα, σουσάμι

16. Παπαδοπούλου βουτήματα βανίλιας:

Συστατικά: σιταράλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, βούτυρο, άμυλο, πλήρη αυγά, σογιάλευρο, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο- όξινο ανθρακικό νάτριο-κιτρικό οξύ, αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, γάλα, σουσάμι.

17. Παπαδοπούλου βουτήματα με γεύση πορτοκάλι νηστίσιμα:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, ελαιόλαδο, άμυλο, σογιάλευρο, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο-κιτρικό οξύ, αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, άρωμα.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, γάλα, σουσάμι, αυγά, σόγια.

18. Παπαδοπούλου βουτήματα με σουσάμι:

Συστατικά: σιταράλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, βούτυρο, σουσάμι 5,5%, αυγά, άμυλο, σογιάλευρο, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο-κιτρικό οξύ, αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, άρωμα.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: ξηρούς καρπούς, γάλα

19. Παπαδοπούλου βουτήματα μούστου με κορινθιακές σταφίδες νηστίσιμα:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικό έλαιο, ελαιόλαδο, σταφιδίни, Κορινθιακές σταφίδες 10,5%, σογιάλευρο, άμυλο, σιρόπι γλυκόζης, κανέλα σε σκόνη, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο-κιτρικό οξύ, αλάτι, λεκιθίνη σόγιας, αρώματα.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: γάλα, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, αυγά, σόγια.

20. Παπαδοπούλου μπισκότα γεμιστά με επικάλυψη πραγματικής σοκολάτας- με κρέμα βανίλιας και επικάλυψη σοκολάτας γάλακτος:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 39,5% (ζάχαρη, κακαόμαζα, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, ορρός γάλακτος σκόνη, βούτυρο, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, κακάο σκόνη 1,65%, δεξτρόζη, σιρόπι γλυκόζης, λακτόζη, φυσική χρωστική: καραμελόχρωμα, άμυλο, σερβιτόλη σκόνη, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο-όξινο ανθρακικό νάτριο- όξινο πυροφωσφορικό νάτριο, αλάτι, βανιλίνη, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: αυγά, σόγια.

21. Παπαδοπούλου mini cookies με κομματάκια μαύρης σοκολάτας:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, κομματάκια μαύρης σοκολάτας 23,5% (κακαόμαζα, ζάχαρη, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας), φυτικά έλαια, σιρόπι σερβιτόλης, άμυλο αραβοσίτου, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο- όξινο ανθρακικό νάτριο- όξινο τρυγικό κάλιο, αλάτι, άρωμα: βανιλίνη, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια.

22. Παπαδοπούλου mini cookies με κομματάκια μαύρης σοκολάτας:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, κομματάκια μαύρης σοκολάτας 23,5% (κακαόμαζα, ζάχαρη, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας), φυτικά έλαια, σιρόπι σερβιτόλης, κακάο σκόνη 1,6%, άμυλο αραβοσίτου, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο- όξινο ανθρακικό νάτριο- όξινο τρυγικό κάλιο, αλάτι, άρωμα: βανιλίνη, φυσική χρωστική: καραμελόχρωμα, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας.

Τα προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια.

23. Παπαδοπούλου new cookies- με πραγματική σοκολάτα και κομματάκια πορτοκαλιού:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικά έλαια, φρουί γλασέ πορτοκαλιού 7,5% (πούλπα πορτοκαλιού 35%, ζάχαρη, μήλο, φυτικές ίνες, πηκτικά μέσα: φωσφορικό ασβέστιο, πηκτίνη, κιτρικό οξύ, φυσικό άρωμα), κομματάκια σοκολάτας 7,5% (ζάχαρη, κακαόμαζα, βούτυρο κακάο, γαλακτ/τής λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), συμπτυκνωμένο βούτυρο, αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη, αυγά, σιρόπι σορβιτόλης, άμυλο, διογκωτικές ύλες: όξινο ανθρακικό αμμώνιο- όξινο ανθρακικό νάτριο- τρυγικό κάλιο, αλάτι, φυσικό άρωμα πορτοκάλι, γαλακτ/τής: λεκιθίνη σόγιας.

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: φιστίκια, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, σόγια.

24. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ Carrefour:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, ιμβερτοσάκχαρο, γάλα άπαχο σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής(E481), αρωματικές ύλες.

25. Μπισκότα Spirits Carrefour-Μπισκότα σαμπλέ με βούτυρο:

Συστατικά : Αλεύρι σίτου, βούτυρο (32%),ζάχαρη, αυγό ολόκληρο σε υγρή μορφή, αλάτι, άρωμα, χρωστική : E160f

Ενδεχόμενη παρουσία ξηρών καρπών.

26. Μπισκότα γλυκά Carrefour:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια (φοινικέλαιο), ζάχαρη, γάλα πλήρες σε σκόνη, αλάτι, δεξτρόζη, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγά, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

27. Chocolate (negro) Carrefour-Μπισκότα βουτύρου με σοκολάτα μαύρη:

Συστατικά: σοκολάτα κουβερτούρα 48%: ζάχαρη, κακαόμαζα, βούτυρο κακάο, τυρόγαλα σε σκόνη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, άρωμα.

Μπισκότο 52%: σιτάλευρο, ζάχαρη, βούτυρο (7,9%), σιρόπι γλυκόζης- φρουκτόζης σίτου, τυρόγαλα σε σκόνη, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, αλάτι, λακτόζη και πρωτεΐνες γάλακτος, μαγιά: όξινο ανθρακικό νάτριο, μέσο οξίνισης: κιτρικό οξύ, άρωμα.

28. Chocolate (leche) Carrefour- Μπισκότα με σοκολάτα γάλακτος:

Συστατικά: σοκολάτα γάλακτος 48%, ζάχαρη, βούτυρο κακάο, κακαόμαζα, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, λακτόζη, βούτυρο ζαχαροπλαστικής, λακτόζη και πρωτεΐνες γάλακτος, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, άρωμα. Μπισκότο 52%: σιτάλευρο, ζάχαρη, βούτυρο (7,9%), σιρόπι γλυκόζης- φρουκτόζης σίτου, τυρόγαλα σε σκόνη, σκόνη αποβουτυρωμένου γάλακτος, αλάτι, λακτόζη και πρωτεΐνες γάλακτος, μαγιά: όξινο ανθρακικό νάτριο, μέσο όξυνσης: κιτρικό οξύ, άρωμα.

29. Μπισκότα Petits Palmiers Carrefour:

Συστατικά: σιτάλευρο, μαργαρίνη (κραμβέλαιου, φοινικέλαιου), ζάχαρη, αλάτι, άλευρο βύνης.

30. Μπισκότα κανέλας Carrefour:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια(φοινικέλαιο), ζάχαρη, γάλα άπαχο σε σκόνη, κανέλα(1%), διογκωτικές ύλες (διττανθρακική αμμωνία, διττανθρακική σόδα), αλάτι, δεξτρόζη, αρωματικές ύλες: άρωμα μπισκότου.

Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από: αυγά, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

31. Μπισκότα Digestive Carrefour:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια(φοινικέλαιο), αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, ακατέργαστη ζάχαρη, ζάχαρη, ιμβερτοσάκχαρο, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

32. Μπισκότα βουτύρου Carrefour:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, βούτυρο(7%), σιρόπι γλυκόζης σίτου, σκόνη από αποβουτυρωμένο γάλα, αλάτι, αρώματα, γαλακτωματοποιητής :λεκιθίνη σόγιας, διογκωτικό: όξινο ανθρακικό αμμώνιο.

33. Μπισκότα Momento κανέλα Carrefour:

Συστατικά: σιτάλευρο, ζάχαρη, φυτικό λάδι, σιρόπι γλυκόζης, λακτόζη ,κανέλα σκόνη(0,75%), διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας..

Παρασκευάζεται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί: αυγά, ξηρούς καρπούς, σόγια, γάλα.

34. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ Αλλατίνη –κλασικό:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, ιμβερτοσάκχαρο, γάλα άπαχο σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

35. Μπισκότα Μαριάννα Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια, ζάχαρη, γάλα πλήρες σε σκόνη, αλάτι, δεξτρόζη, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

36. Soft kings - με κομματάκια τριπλής σοκολατένιας απόλαυσης βουτηγμένα σε σοκολάτα γάλακτος- Αλλατίνη:

Συστατικά: Αλεύρι σίτου, σοκολάτα γάλακτος (20%) (ζάχαρη, βούτυρο κακάο, αποβουτυρωμένο γάλα σε σκόνη, κακαομάζα, ορός γάλακτος σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, E476, βανιλίνη), φυτικά έλαια, σιρόπι γλυκόζης, ζάχαρη, ιμβερτοσάκχαρο, κομμάτια σοκολάτας υγείας (6%) (κακαομάζα, ζάχαρη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), κακάο σε σκόνη (5%), κομμάτια λευκής σοκολάτας (4%) (ζάχαρη, πλήρες γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), αυγό σε σκόνη, γλυκερίνη, ορός γάλακτος σε σκόνη, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αλάτι, αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

37. Soft kings - με κακάο και κομμάτια πραγματικής σοκολάτας- Αλλατίνη:

Συστατικά: Αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια, κομμάτια σοκολάτας(15%)(ζάχαρη, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), σιρόπι γλυκόζης, ζάχαρη, ιμβερτοσάκχαρο, κακάο σε σκόνη (5%), αυγό σε σκόνη, γλυκερόλη, ορός γάλακτος σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αλάτι, αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

38. Soft kings - με κομμάτια πραγματικής σοκολάτας - Αλλατίνη:

Συστατικά: Αλεύρι σίτου, κομμάτια σοκολάτας(17%)(ζάχαρη, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), φυτικά έλαια, σιρόπι γλυκόζης, ζάχαρη, ιμβερτοσάκχαρο, αυγό σε σκόνη, ακατέργαστη ζάχαρη, γλυκερόλη, μελάσα, γάλα πλήρες σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, δισόξινο πυροφωσφορικό νάτριο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αλάτι, αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

39. Soft kings - με τριπλή εμπειρία σοκολάτας: λευκή, υγείας και γάλακτος- Αλλατίνη:

Συστατικά: Αλεύρι σίτου, , φυτικά έλαια, κομμάτια σοκολάτας υγείας(12%) (ζάχαρη, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), ζάχαρη, σιρόπι γλυκόζης, ιμβερτοσάκχαρο, κακάο σε σκόνη (5%), κομμάτια λευκής σοκολάτας(5%)(ζάχαρη, πλήρες γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), αυγό σε σκόνη, κομμάτια σοκολάτας γάλακτος(2%)(ζάχαρη, πλήρες γάλα σκόνη, βούτυρο κακάο, κακαομάζα, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, βανιλίνη), γλυκερόλη, ορός γάλακτος σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

40. Mini mania με κρέμα κακάο- Αλλατίνη:

Συστατικά: ζάχαρη, αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, κακάο σε σκόνη, ιμπερτοσάκχαρο, γάλα άπαχο σε σκόνη, αυγό σε σκόνη, εκχύλισμα βύνης, φουντούκι, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, χρωστική (καραμελόχρωμα), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη), αρωματικές ύλες

41. Mini mania cookie – λιγουδομπουκίτσες- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, κακάο σε σκόνη, άμυλο, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), ορός γάλακτος σε σκόνη, δεξτρόζη, αλάτι, μέσο όξυνσης (τρυγικό οξύ), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη), αρωματικές ύλες.

42. Goody- Μπισκότα κανέλας Αλλατίνη:

Συστατικά : Αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, γάλα άπαχο σε σκόνη, κανέλα (1%), διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, δεξτρόζη, αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

43. Sweet home- παραδοσιακά ελληνικά κουλουράκια βανίλιας- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, βούτυρο γάλακτος, αυγό πλήρες σε σκόνη, πρωτεΐνες γάλακτος, δεξτρόζη, διογκωτική ύλη (όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, γάλα πλήρες σε σκόνη, αρωματικές ύλες, εκχύλισμα βανίλιας. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς, και λεκιθίνη σόγιας.

44. Μπισκότα Μαριέττα- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, ιμπερτοσάκχαρο, γάλα άπαχο σε σκόνη (3%), διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

45. Sweet home -παραδοσιακά ελληνικά κουλουράκια κανέλας- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια, ακατέργαστη ζάχαρη, βούτυρο γάλακτος, ιμπερτοσάκχαρο, ζάχαρη, πρωτεΐνες γάλακτος, κανέλα (0,7%), αλάτι, διογκωτική ύλη (όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αυγά, γάλα πλήρες σε σκόνη, δεξτρόζη, αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι, ξηρούς καρπούς, και λεκιθίνη σόγιας.

46. Coral- μπισκότα βουτύρου- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, βούτυρο γάλακτος (20%), αυγό σε σκόνη, γάλα άπαχο σε σκόνη, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, δισόξινο πυροφωσφορικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, γάλα πλήρες σε σκόνη, αρωματικές ύλες. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

47. Digestive Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικά έλαια, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης(14%), ακατέργαστη ζάχαρη, ζάχαρη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), ιμβερτοσάκχαρο, αλάτι, αρωματικές ύλες.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγά, ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

48. Choco Digestive(σοκολάτα υγείας)- Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, σοκολάτα υγείας Παυλίδη(25%)(ζάχαρη, κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, E476, άρωμα: βανιλίνη), φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης(10%), ακατέργαστη ζάχαρη, ιμβερτοσάκχαρο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο τρυγικό κάλιο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), φύτρο βρώμης, αλάτι, αρωματικές ύλες. Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα, αυγό, σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

49. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ Αλλατίνη –μέλι και γάλα:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, φρέσκο γάλα πλήρες(6%), γάλα πλήρες σε σκόνη, μέλι(1%), διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

50. Μπισκότα βανίλιας Hobby – Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, βούτυρο γάλακτος, γάλα πλήρες σε σκόνη, αλάτι, διογκωτική ύλη(όξινο ανθρακικό αμμώνιο), δεξτρόζη, αυγό σε σκόνη, αρωματικές ύλες, εκχύλισμα βανίλιας.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από: ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας,.

51. Μπισκότα ΠΤΙ-ΜΠΕΡ με σοκολάτα υγείας Παυλίδης - Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, σοκολάτα υγείας Παυλίδη(36%)(ζάχαρη, κακαομάζα, βούτυρο κακάο, γλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, E476, άρωμα: βανιλίνη), ζάχαρη, φυτικά έλαια, ιμβερτοσάκχαρο, γάλα άπαχο σε σκόνη, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γλακτωματοποιητής(λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι, ξηρούς καρπούς.

52. Rondel- μπισκότα βανίλιας με καραμέλα-Αλλατίνη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, ιμβερτοσάκχαρο, βούτυρο γάλακτος, γάλα πλήρες σε σκόνη, σιρόπι καραμέλας (1%), διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, δεξτρόζη, αυγό σε σκόνη, αρωματικές ύλες, εκχύλισμα βανίλιας. Μπορεί να περιέχει ίχνη από ξηρούς καρπούς, σουσάμι, λεκιθίνη σόγιας.

53. Γεμάτα (γέμιση με γεύση βανίλια)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, φρέσκο γάλα πλήρες(4%), κακάο σε σκόνη(3%), λακτόζη, άμυλο, δεξρόζη, φυσικά άλατα γάλακτος(ασβέστιο, φώσφορος), σιρόπι βύνης, ιμβερτοσάκχαρο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη Α, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς και σουσάμι.

54. Γεμάτα (με διπλή γεύση σοκολάτα-βανίλια)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, ακατέργαστη ζάχαρη, κακάο σε σκόνη(5%), φρέσκο γάλα πλήρες(4%), δεξρόζη, γάλα άπαχο σε σκόνη, φυσικά άλατα γάλακτος(ασβέστιο, φώσφορος), γάλα πλήρες σε σκόνη, σιρόπι βύνης, ιμβερτοσάκχαρο, μέλι(0,5%), διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη Α, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς και σουσάμι.

55. Γεμάτα (με γεύση σοκολάτα)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, κακάο σε σκόνη(7%), φρέσκο γάλα πλήρες(4%), δεξρόζη, γάλα άπαχο σε σκόνη, φυσικά άλατα γάλακτος(ασβέστιο, φώσφορος), σιρόπι βύνης, ιμβερτοσάκχαρο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι, γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη Α, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς και σουσάμι.

56. Γεμάτα (με γέμιση και επικάλυψη σοκολάτας)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, σοκολάτα γάλακτος(34%)(ζάχαρη, βούτυρο κακάο, γάλα άπαχο σε σκόνη, βούτυρο γάλακτος, γαλακτωματοποιητές: λεκιθίνη σόγιας, E476, βανιλίνη), φυτικά έλαια και υδρογονωμένα φυτικά έλαια, ζάχαρη, ακατέργαστη ζάχαρη, φρέσκο γάλα πλήρες(2,5%), κακάο σε σκόνη(2,5%), φυσικά άλατα γάλακτος(ασβέστιο, φώσφορος), δεξρόζη, γάλα άπαχο σε σκόνη, γάλα πλήρες σε σκόνη, σιρόπι βύνης, ιμβερτοσάκχαρο, μέλι, αλάτι, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη Α, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, ξηρούς καρπούς και σουσάμι.

57. μεγάλα(μπισκότα με φρέσκο γάλα)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, φρέσκο γάλα πλήρες(12%), φυσικά άλατα γάλακτος(ασβέστιο, φώσφορος), γάλα πλήρες σε σκόνη, μέλι, αλάτι, μαγνήσιο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη Α, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι και ξηρούς καρπούς.

58. μεγάλα(μπισκότα με φρέσκο γάλα και σοκολάτα)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, ζάχαρη, φυτικά έλαια, κομματάκια βέλγικης σοκολάτας(12%)(κακαομάζα, ζάχαρη, γαλακτωματοποιητής: λεκιθίνη σόγιας, άρωμα: βανιλίνη), φρέσκο γάλα πλήρες(7%), γάλα πλήρες σε σκόνη, ιμβερτοσάκχαρο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο, τρυγικό οξύ), δεξτρόζη, αλάτι, αρωματικές ύλες, βιταμίνη B1, βιταμίνη B6, φολικό οξύ(B9), βιταμίνη E, σίδηρος.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι και ξηρούς καρπούς.

59. μεγάλα(γεμιστά μπισκότα με φρέσκο γάλα και κρέμα βανίλια)- Αλλατίνη:

Συστατικά: Άλευρο σίτου, φυτικά έλαια & υδρογονωμένα φυτικά έλαια, ζάχαρη, ακατέργαστη ζάχαρη, φρέσκο γάλα πλήρες(10%), γάλα άπαχο σε σκόνη, φυσικά άλατα γάλακτος (ασβέστιο, φώσφορος), γάλα πλήρες σε σκόνη, μέλι, αλάτι, μαγνήσιο, διογκωτικές ύλες(όξινο ανθρακικό αμμώνιο, όξινο ανθρακικό νάτριο), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας), αρωματικές ύλες, βιταμίνη A, βιταμίνη D.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από αυγό, σουσάμι και ξηρούς καρπούς.

60. Μπισκότα Coppenrath classic:

Συστατικά: σιτάλευρο, φυτικό λίπος, ζάχαρη, αυγό, άμυλο καλαμποκιού, σιρόπι ιμβερτοσάκχαρου, αλεύρι σόγιας, αλάτι, σιρόπι γλυκόζης, διογκωτική ουσία(διττανθρακικό νάτριο, όξινη διττανθρακική αμμωνία), άρωμα (βανιλίνη), γαλακτωματοποιητής (λεκιθίνη σόγιας).

61. Μαρία Καραμολέγκου κουλουράκια με πορτοκάλι:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, πλήρες αυγό, βούτυρο συμπυκνωμένο, φυτικό λιπαρό, φλούδα πορτοκαλιού, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι.

62. Μαρία Καραμολέγκου κουλουράκια βούτυρο:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, πλήρες αυγό, βούτυρο συμπυκνωμένο, φυτικό λάδι, διογκωτικές ύλες: μπέικιν πάουντερ, αλάτι.

63. Μαρία Καραμολέγκου κουλουράκια με κανέλα με γαρύφαλλο και μαύρη ζάχαρη:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, μαύρη ζάχαρη, πλήρες αυγό, βούτυρο συμπυκνωμένο, φυτικό λιπαρό, κανέλα, γαρύφαλλο, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι.

64. Μαρία Καραμολέγκου κουλουράκια με βανίλια:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, πλήρες αυγό, βούτυρο συμπυκνωμένο, φυτικό λάδι, βανίλια, διογκωτικές ύλες: μπέικιν πάουντερ, αλάτι.

65. Μαρία Καραμολέγκου κουλουράκια πορτοκάλι και κάρδαμο:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, ζάχαρη, πλήρες αυγό, βούτυρο συμπυκνωμένο, φυτικό λιπαρό, κάρδαμο, φλούδα πορτοκαλιού, διογκωτικές ύλες (όξινο ανθρακικό νάτριο, όξινο ανθρακικό αμμώνιο), αλάτι.

ΨΩΜΙ

1. Ψωμί για τοστ- Μαγιά:

Σύνθεση: αλεύρι σταριού, μαγιά, φυτικό έλαιο, ζάχαρη, αλάτι, ξύδι.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι και γάλα.

2. Μαγιά σίκαλης:

Σύνθεση: αλεύρι ολικής άλεσης σταριού, αλεύρι σίκαλης, μαγιά, φυτικά έλαια, ξύδι.

3. Ψωμί για τοστ σταρένιο – Carrefour(5204239002827>) :

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, προζύμι, μαγιά, ζάχαρη, μαργαρίνη, αλάτι, γάλα σκόνη πλήρες, ξύδι.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

4. Ψωμί για τοστ σικάλεως mini – Carrefour(5204239002841>) :

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, προζύμι(αλεύρι σίτου, νερό, αλάτι), αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σικάλεως, νωπή μαγιά, αλάτι, φυτική μαργαρίνη, ζάχαρη, σκόνη πλήρους γάλακτος, βύνη σίτου.

Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από σουσάμι.

5. Sandwich Rolls - Carrefour(5204239025383>):

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, φυτική μαργαρίνη, σησάμι, μαγιά, ορός γάλακτος, αλάτι, βελτιωτικό ΕΓΚ.Γ.Χ.Κ., Συντηρητικά: E282(max 0,2%), E200(max 0,2%).

6. Hamburger Rolls - Carrefour(5204239002117>):

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, φυτική μαργαρίνη, ζάχαρη, αλάτι, μαγιά, αυγό, πλήρες, άπαχο γάλα, βελτιωτικό ΕΓΚ.Γ.Χ.Κ., Συντηρητικά: E282(max 0,2%), E200(max 0,2%).

7. Τοστ σταρένιο -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, μαγιά, αλάτι, ζάχαρη, φυτικά έλαια, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Συντηρητικό: E200 max 0,2%.

8. Τοστ από σιτάρι ολικής άλεσης και σίκαλη -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σίτου, αλεύρι σίκαλης, νερό, μαγιά, αλάτι, ζάχαρη, φυτικά έλαια, βύνη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Συντηρητικό: E200 max 0,2%.

9. Τοστ με νιφάδες καλαμποκιού -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, αλεύρι καλαμποκιού, σπόροι καλαμποκιού, μαγιά, αλάτι, φυτικά έλαια, ανθρακικό ασβέστιο, δεξτρώζη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Συντηρητικό: E200 max 0,2%.

10. Soft & Soft- ψίγα σταρένιου ψωμιού -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, ζάχαρη, μαγιά, πλήρες γάλα σε σκόνη, μαργαρίνη(μερικώς υδρογονωμένα λίπη, αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, μέσο όξυνσης: κιτρικό οξύ, συντηρητικό: σορβικό κάλιο), αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι, συντηρητικό: E200 max 0,2%.

11. Soft & Soft- ψίγα ψωμιού από στάρι ολικής άλεσης και σίκαλη -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σίτου, αλεύρι σίκαλης, νερό, μαγιά, ζάχαρη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, αλάτι, φυτικά έλαια, βύνη, ξύδι, συντηρητικό: E200 max 0,2%.

12. Σταρένιο Sandwich -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, μαργαρίνη(μερικώς υδρογονωμένα λίπη, αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, μέσο όξυνσης: κιτρικό οξύ, συντηρητικό: σορβικό κάλιο), ζάχαρη, μαγιά, αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι, αρωματικές ύλες, συντηρητικό: E200 max 0,2%.

Décor: σουσάμι

13. Ολικής άλεσης Sandwich -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σταριού ολικής άλεσης, αλεύρι σταριού, αλεύρι σίκαλης, νερό, μαγιά, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, αλάτι, ζάχαρη, ηλιέλαιο, βύνη, ξύδι, συντηρητικό: E200 max 0,2%.

Décor: σουσάμι

14. Παραδοσιακό Βαυβαρέζικο ψωμί, επτάσπορο -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης, σπόροι(σίκαλης, σταριού, βρώμης, κριθαριού, καλαμποκιού, λιναρόσπορου, κεχριού), νερό, προζύμι, αλεύρι σίκαλης, αλεύρι σιταριού, βύνη, μαγιά, αλάτι, φυτικά έλαια, ορός γάλακτος, ξύδι, ντεκόρ: νιφάδες βρώμης.

«Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι».

15. Παραδοσιακό Βαυβαρέζικο ψωμί με σίκαλη και ηλιόσπορους -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σιταριού τύπου «Π», νερό, αλεύρι σίκαλης, προζύμι, βύνη, μαγιά, αλάτι.

Συντηρητικό: σορβικό οξύ max 0,2%.

16. Παραδοσιακό Γερμανικό ψωμί, από σιτάρι και σίκαλη -Κατσέλης:

Συστατικά: αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης,, αλεύρι σιταριού, αλεύρι σίκαλης, νερό, μαγιά, αλάτι, φυτικά έλαια, ζάχαρη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, βύνη, συντηρητικό: E200 max 0,2%.

«Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από σουσάμι».

17. Ψίγα τοστ σταρένιο -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, νωπή μαγιά, φυτικό λιπαρό, ζάχαρη, αλάτι, γάλα.

18. Ψίγα τοστ σικάλεως -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σικάλεως, νερό, αλεύρι σίτου, νωπή μαγιά, φυτικό λιπαρό, ζάχαρη, αλάτι, γάλα.

19. Ψίγα τοστ χωρίς κόρα-καλαμπόκι -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι καλαμποκιού, νερό, αλεύρι σίτου, νωπή μαγιά, φυτικό λιπαρό, ζάχαρη, αλάτι, γάλα.

20. Ψίγα τοστ πολύσπορο -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, σπόροι σίτου βρώμης-σίκαλης-κριθαιού, προζύμι, μαργαρίνη, μαγιά, δεξτρόζη, φύτρο σίτου, γλουτένη, αλάτι, ζάχαρη, βελτιωτικά αρτοποιίας εγκ. Γ.Χ.Κ., μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι. Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα και σησάμι.

21. Ψίγα τοστ με 4 δημητριακά -Καραμολέγκος:

Συστατικά: νερό, αλεύρι σίτου, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, προζύμι, καλαμποκάλευρο, αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης, μαργαρίνη, μαγιά, ζάχαρη, γλουτένη, δεξτρόζη, αλάτι, αλεύρι βρώμης, βελτιωτικό αρτοποιίας εγκ. Γ.Χ.Κ.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από γάλα & σησάμι.

22. Σταρένιο με προζύμι -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, προζύμι, μαγιά, ζάχαρη, μαργαρίνη, αλάτι, γάλα σκόνη πλήρες, ξύδι. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

23. Σίκαλη με προζύμι -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης, προζύμι, μαγιά, ζάχαρη, μαργαρίνη, αλάτι, γάλα σκόνη πλήρες, βύνη, ξύδι. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

24. Φρατζόλα στάρι και σίκαλη με προζύμι -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίκαλης, αλεύρι σίτου, νερό, μαγιά, ζάχαρη, αλάτι, φυτικό λιπαρό, βύνη. Συντηρητικά: προπιονικό ασβέστιο, σορβικό νάτριο.

25. Sandwich Rolls -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, ζάχαρη, νωπό βούτυρο αγελάδας, φυτικό λάδι, αυγά, μαγιά, γάλα ημιαποβουτυρωμένο, αλάτι, σησάμι.

Συντηρητικά: προπιονικό ασβέστιο, σορβικό νάτριο.

26. Hamburger Rolls -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, ζάχαρη, νωπό βούτυρο αγελάδας, φυτικό λάδι, αυγά, μαγιά, γάλα ημιαποβουτυρωμένο, αλάτι, σησάμι.

Συντηρητικά: προπιονικό ασβέστιο, σορβικό νάτριο.

27. Σταρένιο XL -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, νωπή μαγιά, αλάτι, φυτικό λιπαρό, βύνη.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

28. Ολικής άλεσης XL -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης, φύτρο σίτου, νωπή μαγιά, αλάτι, φυτικό λιπαρό, βύνη.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

29. «holy bread»- ψωμί τοστ ολικής άλεσης με βρώμη, πλούσιο σε φυσικλη β-γλυκάνη -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, νερό, Natureal Oat Bran κατ'ελάχιστον 20%(αλεύρι βρώμης με ελάχιστη περιεκτικότητα 15% σε β-γλυκάνη), προζύμι(αλεύρι σίτου, νερό, αλάτι), υδρογονωμένο φυτικό λιπαρό, νωπή μαγιά, βύνη σίτου, αλάτι.

Το τελικό προϊόν περιέχει κατ'ελάχιστον 3% σε β-γλυκάνη.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

30. «holy bread»- ψωμί ολικής άλεσης με βρώμη, πλούσιο σε φυσικλη β-γλυκάνη -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, νερό, Natureal Oat Bran κατ'ελάχιστον 20%(αλεύρι βρώμης με ελάχιστη περιεκτικότητα 15% σε β-γλυκάνη), προζύμι(αλεύρι σίτου, νερό, αλάτι), νωπή μαγιά, βύνη σίτου, αλάτι. Το τελικό προϊόν περιέχει κατ'ελάχιστον 3% σε β-γλυκάνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σησάμι.

31. «holy bread»- ψωμί σταρένιο με βρώμη, πλούσιο σε φυσικλη β-γλυκάνη -Καραμολέγκος:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, νερό, Natureal Oat Bran κατ'ελάχιστον 20%(αλεύρι βρώμης με ελάχιστη περιεκτικότητα 15% σε β-γλυκάνη), προζύμι(αλεύρι σίτου, νερό, αλάτι), νωπή

μαγιά, βύνη σίτου, αλάτι. Το τελικό προϊόν περιέχει κατ'ελάχιστον 3% σε β-γλυκάνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη από σιτάμι.

32. Μπόμπα μπριοζέ -KPIS- KPIS:

Σύνθεση: αλεύρι σίτου, μαγιά, ζάχαρη, φυτικά έλαια, αυγά, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, αλάτι, ξύδι, συντηρητικό: προπιονικό ασβέστιο 0,2%.

33. Σταρένιο ψωμί σε φέτες για τοστ -KPIS- KPIS:

Σύνθεση: αλεύρι σίτου, μαγιά, ζάχαρη, φυτικά έλαια, αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

34. Φέτες ζωής σίτου -KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικές ίνες σίτου(4%), φύτρο σίτου VIOGERM(3,5%), φυτικά έλαια, ζάχαρη, μαγιά, αλάτι, γαλακτωματοποιητής: μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Το προϊόν μπορεί να περιέχει ίχνη από: σουσάμι, γάλα

35. Φέτες ζωής σίτου- Χωρίς αλάτι, χωρίς προσθήκη ζάχαρης -KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικές ίνες σίτου(4%), φύτρο σίτου VIOGERM(3,5%), φυτικά έλαια, μαγιά, φρουκτόζη, προζύμι, γαλακτωματοποιητής: μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από: σουσάμι, γάλα

36. Φέτες ζωής – ψωμί 100% ολικής άλεσης σε φέτες, με φύτρο σιταριού - KPIS-KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, δεξτρόζη, φύτρο σίτου VIOGERM(3,5%), φυτικά έλαια, νιφάδες σίτου, μαγιά, αλάτι, έλαιο φύτρου VIOGERM(0,8%), βυνάλευρο, γαλακτωματοποιητής: μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από: σουσάμι, γάλα

37. Φέτες ζωής ψίγα σίτου- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, φυτικές ίνες σίτου(4%), φύτρο σίτου VIOGERM(3,5%), φυτικά έλαια, μαγιά, φρουκτόζη, προζύμι, γαλακτωματοποιητής: μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από: σουσάμι.

38. Φέτες ζωής ψίγα-ψίγα ψωμιού 100% ολικής άλεσης σε φέτες, με φύτρο σιταριού- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, δεξτρόζη, φύτρο σίτου VIOGERM(3,5%), φυτικά έλαια, νιφάδες σίτου, μαγιά, αλάτι, έλαιο φύτρου VIOGERM(0,8%), βυνάλευρο, γαλακτωματοποιητής: μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

Μπορεί να περιέχει ίχνη από: σουσάμι, γάλα

39. Μόνο ψίγα- σικάλεως με ολόκληρο φύτρο σταριού- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ,αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σίκαλης, φύτρο σταριού(6%), μαγιά, δεξτρόζη, φυτικά έλαια, αλάτι, βυνάλευρο, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

40. Ολικής άλεσης με σίκαλη-ψωμί σε φέτες του τοστ με φυτικές ίνες- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ,αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σίκαλης, μαγιά, δεξτρόζη, φυτικά έλαια, αλάτι, βύνη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

41. Μόνο ψίγα- σταρένιο με 2πλάσιες φυτικές ίνες- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου ,φυτικές ίνες σιταριού(3,5%), μαγιά, φυτικά έλαια, ζάχαρη, αλάτι, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

42. Ψωμί ολικής άλεσης-σταριού και σίκαλης, με φυτικές ίνες- KPIS- KPIS:

Συστατικά: αλεύρι σίτου, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης, αλεύρι σίκαλης, μαγιά, δεξτρόζη, φυτικά έλαια, αλάτι, βύνη, μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων, ξύδι.

ALLERGEN CHECK LIST FOR FOOD SUPPLIERS AND MANUFACTURERSOriginal Form ☐ Amended Form ☐

Product name: _____ UPC# _____

Please fill the following table for each product. Column I indicates the allergens that may be found in the product, from addition or cross-contamination. Column II indicates the allergens present in other products that are run on the same equipment but at a different time. Column III indicates whether any allergens are present in your plant.

Please fill in each cell of the table with a YES or a NO and, when applicable, include the name of the ingredient. Do not leave empty cells.

Component	Column I	Column II	Column III
	Present in the product	Present in other products manufactured on the same line	Present in the same manufacturing plant
Peanut or its derivatives, e.g., Peanut - pieces, protein, oil, butter, flour, and mandelona nuts (an almond flavoured peanut product) etc. Peanut may also be known as ground nut.			
Tree Nuts (almonds, Brazil nuts, cashews, hazelnuts/filberts), macadamia nuts, pecans, pine nuts (pinon, pinon), pistachios and walnuts or their derivatives, e.g., nut butters and oils etc.			
Sesame or its derivatives, e.g., paste and oil etc.			
Milk or its derivatives, e.g., milk caseinate, whey and yogurt powder etc.			
Eggs or its derivatives, e.g., frozen yolk, egg white powder and egg protein isolates etc.			
Fish or its derivatives, e.g., fish protein and extracts etc.			
Shellfish (including crab, crayfish, lobster, prawn and shrimp) and Molluscs (including snails, clams, mussels, oysters, cockle and scallops) or their derivative, e.g., extracts etc.			
Soy or its derivatives, e.g., lecithin, oil, tofu and protein isolates etc.			
Wheat or its derivatives, e.g., flour, starches and brans etc.			
Sulphites, e.g., sulphur dioxide and sodium metabisulphites etc.			
Others (as considered necessary)			

Do you have procedures to avoid cross-contamination of the product with the allergens not present in the product but noted in columns II and III? Yes No

Please attach a finished product label to this form for each product. If, for any reason, there are any modifications in this product, you are responsible for updating your records including labels and specifications, and notifying us immediately.

Supplier's address: _____
 Supplier Contact _____ Signature: _____ Date: _____

ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΣΤΙΣ 4 ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΠΟΥ ΜΕΛΕΤΗΣΑΜΕ

ΠΙΝΑΚΑΣ 3α

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΥΓΕΙΑΣ(25)		
Αλάτι	1	4.00%
Αλευρι βύνης κριθαριού	1	4.00%
Αλευρο σίτου	1	4.00%
Αμιλοσίροπο	1	4.00%
Αμύγδαλα	4	16.00%
Ανυδρο βούτυρο γάλακτος	2	8.00%
Αρωμα	1	4.00%
Αρωματικές ύλες	3	12.00%
Βανιλίνη	21	84.00%
Βούτυρο κακάο	23	92.00%
Γάλα σκόνη	1	4.00%
Γάλα σκόνη πλήρες	1	4.00%
Γαλακτωματοποιητής	1	4.00%
Δεξτρόζη	2	8.00%
Δημητριακά	1	4.00%
E414	1	4.00%
E471	1	4.00%
E476	1	4.00%
E904	1	4.00%
Ζάχαρη	25	100.00%
Κακάο	2	8.00%
Λακτόζη	2	8.00%
Λεκιθίνη	3	12.00%
Λεκιθίνη σόγιας	22	88.005
Μάζα κακάο	25	100.00%
Ξηροί καρποί πολτός	1	4.00%
Οινόπνευμα	1	4.00%
Οξινο ανθρακικό αμμώνιο	1	4.00%
Οξινο ανθρακικό νάτριο	2	8.00%
Ορός γάλακτος	1	4.00%
Ριζάλευρο	1	4.00%
Σκόνη κακάο	3	12.00%
Σκόνη κακάο 10-12% λίπος	1	4.00%
Στερεά κακάο	20	80.00%
Υδρογονωμένη φυτική λιπαρή ύλη	4	16.00%
Φουντούκια	1	4.00%
Φράουλα αφυδατωμένη	1	4.00%
Φυσικό άρωμα βανίλιας	1	4.00%
Φυτικά και τεχνητά αρώματα	1	4.00%
Φυτικό λιπαρό	1	4.00%

ΠΙΝΑΚΑΣ 3β

Μπορεί να περιέχει ίχνη/ίχνη από:		
Ξηροί καρποί	14	56.00%
Αραχίδες	2	8.00%
Γάλα	6	24.00%
Προϊόντα γάλακτος	2	8.00%
Αμύγδαλα	2	8.00%
Πρωτεΐνες γάλακτος	8	32.00%
Προϊόντα σίτου	1	4.00%
Σιτάρι	3	12.00%
Φουντούκια	2	8.00%
Σιτιρά που περιέχουν γλουτένη	2	8.00%
Πρωτεΐνες σίτου	9	36.00%

Πιθανόν να περιέχει ίχνη/ίχνη από:		
Ξηροί καρποί	5	20.00%
Γλουτένη	1	4.00%
Γάλα	3	12.00%
Αυγά	2	8.00%
Αμύγδαλα	1	4.00%
Πρωτεΐνες γάλακτος	2	8.00%
Προϊόντα σίτου	1	4.00%
Πρωτεΐνες αυγού	1	4.00%
Φουντούκια	1	4.00%
Φυστίκια	2	8.00%
Πρωτεΐνες σίτου	1	4.00%

ΠΙΝΑΚΑΣ 4α

ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ(66)		
Αλάτι	29	43.94%
Αλεύρι	3	4.55%
Αλεύρι καλαμποκιού	2	3.03%
Αλεύρι σόγιας	6	9.09%
Αλκοόλη πηκτικό μέσο	1	1.52%
Αμύγδαλα	12	18.18%
Αμύγδαλα καβουρντισμένα	1	1.52%
Αμυλο καλαμποκιού	6	9.09%
Αμυλο πατάτας	2	3.03%
Αμυλοσιρόπιο	1	1.52%
Ανυδρο βούτυρο γάλακτος	9	13.64%
Απαλατωμένη σκόνη γάλακτος	1	1.52%
Αποβουτυρωμένο γάλα	29	43.94%
Αποβουτυρωμένο κακάο	1	1.52%
Αποβουτυρωμένο κακάο σε σκόνη	11	16.67%
Αποξηραμένη καρύδα	1	1.52%
Αρωμα	18	27.27%
Αρωμα κεράσι	1	1.52%
Αρωμα φουντούκι	1	1.52%
Αρωμα φράουλας	1	1.52%
Αρωματικές ύλες	12	18.18%
Ασπράδια αυγών	4	6.06%
Αφυδατωμένη καρύδα	1	1.52%
Αφυδατωμένη φράουλα	1	1.52%
Βανιλίνη	37	56.06%
Βάφλα	1	1.52%
Βιταμίνες	1	1.52%
Βούτυρο γάλακτος	19	28.79%
Βούτυρο κακάο	64	96.97%
Βύνη σίτου	1	1.52%
Γάλα άπαχο	2	3.03%
Γάλα άπαχο σκόνη	4	6.06%
Γάλα σκόνη	32	48.48%
Γαλακτωματοποιητής μονογλυκερίδια λιπαρών οξέων	4	6.06%
Γιαούρτι άπαχο	1	1.52%
Γιαούρτι άπαχο σκόνη	1	1.52%
Γλουτένη	4	6.06%
Γλουτένη σίτου	1	1.52%
Γλυκερόλη	1	1.52%
Γλυκόζη	1	1.52%
Δεξτρόζη	6	9.09%
Δημητριακά σε κόκκους	1	1.52%

Σιρόπι γλυκόζης	6	9.09%
Σιτάλευρο	24	36.36%
Σιτάλευρο ολικής	1	1.52%
Σιτάρι	2	3.03%
Σταθεροποιητής μόνο και διγλυκερίδια λιπαρών οξέων	3	4.55%
Σταφίδες	2	3.03%
Στεατούλο-2-γαλακτυλικό νάτριο	1	1.52%
Στερεά γάλακτος	20	30.30%
Στερεά κακάο	30	45.45%
Συμπυκνωμένο βούτυρο	2	3.03%
Φοινικέλαιο	3	4.55%
Φουντούκια	17	25.76%
Φουντουκόπαστα	6	9.09%
Φράουλας αποξηραμένα κομμάτια	1	1.52%
Φυστίκια	1	1.52%
Φυτικό έλαιο	9	13.64%
Φυτικό λιπαρό	22	33.33%
Φυτικό λιπαρό υδρογονωμένο	22	33.33%
Φυτικό λιπαρό υδρογονωμένο μερικώς	2	3.03%
Φυτικό υδρογονωμένο έλαιο	2	3.03%
Χρωστική: Καρμίνιο	1	1.52%

ΠΙΝΑΚΑΣ 4β

Πιθανόν να περιέχει ίχνη/ίχνη από:		
Αμύγδαλα	3	4.55%
Αυγό	4	6.06%
Γλουτένη	1	1.52%
Καρύδια	1	1.52%
Ξηροί καρποί	4	6.06%
Σόγια	1	1.52%
Σουσάμι	2	3.03%
Φιστίκια	6	9.09%
Φουντούκια	2	3.03%

Μπορεί να περιέχει ίχνη/ίχνη από:		
Λεκιθίνη σόγιας	1	1.52%
Ξηροί καρποί	24	36.36%
Πρωτεΐνη αυγού	1	1.52%
Πρωτεΐνη σίτου	11	16.67%
Σιτάρι	5	7.58%
Φιστίκια	2	3.03%
Φουντούκια	2	3.03%

Ίχνη:		
Αμύγδαλα	3	4.55%
Φιστίκια	1	1.52%
Φουντούκια	3	4.55%

Ενδέχεται να περιέχει ίχνη από:		
Ξηροί καρποί	1	1.52%
Προϊόν γάλακτος	1	1.52%
Φιστίκι αράπικο	1	1.52%

ΠΙΝΑΚΑΣ 5α

ΜΠΙΣΚΟΤΑ(65)		
Ακατέργαστη ζάχαρη	8	12.31%
Αλάτι	64	98.46%
Αλεύρι βύνης	2	3.08%
Αλεύρι κριθαριού	2	3.08%
Αλεύρι ρυζιού	1	1.54%
Αλεύρι σίκαλης	3	4.62%
Αλεύρι σίκαλης ολικής	1	1.54%
Αμυλο	10	15.38%
Αμυλο αραβοσίτου	6	9.23%
Αννάτο	1	1.54%
Αποβουτυρωμένο γάλα σκόνη	12	18.46%
Αρωμα	11	16.92%
Αρωμα βανίλιας	1	1.54%
Αρωμα μπισκότου	1	1.54%
Αρωμα φράουλας	1	1.54%
Αρωμα φρούτων δάσους	1	1.54%
Αρωματική ύλη	27	41.54%
Ασβέστιο	6	9.23%
Ασβέστιο γάλακτος	2	3.08%
Αυγά	12	18.46%
Αυγά σκόνη	9	13.85%
Αυγό ολόκληρο υγρό	1	1.54%
Αφυδατωμένα πορτοκάλια	1	1.54%
B1, B6,B9,E,Σίδηρος	1	1.54%
Βανίλια	1	1.54%
Βανιλίνη	20	30.77%
Βατόμουρο χρωστική	1	1.54%
Βιταμίνη D	6	9.23%
Βιταμίνη Α	6	9.23%
Βούτυρο	11	16.92%
Βούτυρο γάλακτος	7	10.77%
Βούτυρο ζαχαροπλαστικής	1	1.54%
Βούτυρο κακάο	10	15.38%
Βούτυρο συμπυκνωμένο	7	10.77%
Γάλα άπαχο σε σκόνη	12	18.46%
Γάλα πλήρες σκόνη	19	29.23%
Γαρύφαλο	1	1.54%
Γλυκερίνη	2	3.08%
Γλυκερόλη	3	4.62%
Δεξτρόζη	17	26.15%
Δισόξινο πυροφωσφορικό νάτριο	2	3.08%
Διττανθρακική αμμωνία	1	1.54%
Διττανθρακική σόδα	1	1.54%
Διττανθρακικό νάτριο	1	1.54%

E160f	1	1.54%
E472 e	1	1.54%
E476	4	6.15%
E481	1	1.54%
Εκχύλισμα βανίλιας	3	4.62%
Εκχύλισμα βύνης	1	1.54%
Ελαιόλαδο	2	3.08%
Εξευγενισμένα φυτικά λιπαρά	3	4.62%
Ζάχαρη	63	96.92%
Ιμβερτοσάκχαρο	19	29.23%
Κακάο σκόνη	12	18.46%
Κακαομάζα	15	23.08%
Κανέλα	5	7.69%
Κανέλα σκόνη	3	4.62%
Καραμελόχρωμα	4	6.15%
Κάρδαμο	1	1.54%
Καρότο χρωστική	1	1.54%
Καρύδα	1	1.54%
Κιτρικό οξύ	7	10.77%
Κουρκουμάς	1	1.54%
Κραμβέλαιο	1	1.54%
Λακτόζη	10	15.38%
Λεκιθίνη	2	3.08%
Λεκιθίνη σόγιας	43	66.15%
Μαγνήσιο	2	3.08%
Μαύρη ζάχαρη	2	3.08%
Μελάσα	1	1.54%
Μέλι	5	7.69%
Μήλο	1	1.54%
Μπέικιν πάουντερ	2	3.08%
Νυφάδες βρώμης	3	4.62%
Οξίνη διττανθρακική αμμωνία	1	1.54%
Οξίνο ανθρακικό αμμώνιο	55	84.62%
Οξίνο ανθρακικό νάτριο	55	84.62%
Οξίνο πυροφωσφορικό νάτριο	5	7.69%
Οξίνο τρυγικό κάλιο	12	18.46%
Ορός γάλακτος σκόνη	6	9.23%
Πηκτίνη	2	3.08%
Πούλπα από κράνα	1	1.54%
Πούλπα μήλου	1	1.54%
Πούλπα πορτοκαλιού	1	1.54%
Πρωτείνες γάλακτος	4	6.15%
Σερβιτόλη σκόνη	1	1.54%
Σιρόπι βύνης	4	6.15%
Σιρόπι γλυκόζης	22	33.85%
Σιρόπι γλυκόζης σίτου	1	1.54%
Σιρόπι ιμβερτοσάκχαρου	1	1.54%
Σιρόπι καραμέλας	1	1.54%
Σιρόπι σερβιτόλης	5	7.69%

Σιρόπι φρουκτόζης	1	1.54%
Σιτάλευρο	62	95.38%
Σιτάλευρο ολικής αλέσεως	6	9.23%
Σκόνη αυγού	9	13.85%
Σκόνη φράουλας	1	1.54%
Σογιάλευρο	8	12.31%
Σουσάμι	1	1.54%
Σταφύδες κορινθιακές	2	3.08%
Σταφύδες σουλτανίνα	1	1.54%
Σταφυδίνη	1	1.54%
Τρυγικό οξύ	1	1.54%
Τυρόγαλα σε σκόνη	2	3.08%
Υδρογονωμένα φυτικά έλαια	8	12.31%
Φλοιός σίτου	1	1.54%
φλούδα πορτοκάλι	2	3.08%
Φοινικέλαιο	4	6.15%
Φουντούκι	1	1.54%
Φρέσκο γάλα πλήρες	8	12.31%
Φρουκτόζη σίτου	2	3.08%
Φυσική χρωστική	2	3.08%
Φυσικό άρωμα	3	4.62%
Φυσικό άρωμα κράνων	1	1.54%
Φυσικό άρωμα πορτοκαλιού	2	3.08%
Φυτικά άλατα σκόνης	5	7.69%
Φυτικά έλαια	46	70.77%
Φυτικά λιπαρά	4	6.15%
Φυτικές ίνες	1	1.54%
Φύτρο βρώμης	1	1.54%
Φωσφορικό ασβέστιο	1	1.54%
Φωσφορικό ασβέστιο	1	1.54%
Φώσφορος	6	9.23%

ΠΙΝΑΚΑΣ 5β

Μπορεί να περιέχει ίχνη/ίχνη από:		
Αμύγδαλα	1	1.54%
Αυγά	27	41.54%
Γάλα	8	12.31%
Λεκιθίνη σόγιας	10	15.38%
Ξηροί καρποί	31	47.69%
Σόγια	10	15.38%
Σουσάμι	30	46.15%

Παράγονται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί:		
Αυγά	5	7.69%
Γάλα	5	7.69%
Ξηροί καρποί	9	13.85%
Σόγια	7	10.77%
Σουσάμι	7	10.77%

Παρασκευάζεται σε εργοστάσιο που χρησιμοποιεί:		
Αυγά	2	3.08%
Γάλα	2	3.08%
Ξηροί καρποί	2	3.08%
Σόγια	2	3.08%

Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη/ίχνη από:		
Αυγά	1	1.54%
Λεκιθίνη σόγιας	1	1.54%
Ξηροί καρποί	1	1.54%
Σουσάμι	1	1.54%

Ενδεχόμενη παρουσία:		
Ξηροί καρποί	1	1.54%

ΠΙΝΑΚΑΣ 6α

ΨΩΜΙ ΣΥΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ(42)		
Αλάτι	39	92.86%
Αλεύρι βρώμης	4	9.52%
Αλεύρι καλαμποκιού	3	7.14%
Αλεύρι σίκαλης	13	30.95%
Αλεύρι σίκαλης ολικής άλεσης	5	11.90%
Αλεύρι σιταριού	38	90.48%
Αλεύρι σιταριού ολικής άλεσης	14	33.33%
Αλεύρι σιταριού τύπου Π	1	2.38%
Ανθρακικό ασβέστιο	1	2.38%
Αρωματικές ύλες	1	2.38%
Αυγό	4	9.52%
B-γλυκάνη 3%	3	7.14%
Βελτιωτικό Γ.Χ.Κ	4	9.52%
Βούτυρο αγελάδος νωπό	2	4.76%
Βυνάλευρο	3	7.14%
Βύνη	12	28.57%
Βύνη σίτου	4	9.52%
Γάλα	3	7.14%
Γάλα άπαχο	1	2.38%
Γάλα ημιαποβουτυρωμένο	2	4.76%
Γάλα σκόνη πλήρες	5	11.90%
Γλουτένη	2	4.76%
Δεξτρώζη	8	19.05%
E200	10	23.81%
E282	2	4.76%
Ελαιο φύτρου	2	4.76%
Ζάχαρη	25	59.52%
Ηλιέλαιο	1	2.38%
Κιτρικό οξύ	2	4.76%
Μαγιά	32	76.19%
Μαγιά νωπή	9	21.43%
Μαργαρίνη	5	11.90%
Μαργαρίνη φυτική	3	7.14%
Μόνο διγλυκερίδια λιπαρών οξέων	20	47.62%
Νυφάδες βρώμης Décor	1	2.38%
Νυφάδες σίτου	3	7.14%
Ξύδι	24	57.14%
Ορός γάλακτος	2	4.76%
Προζύμι	9	21.43%
Προπιονικό ασβέστιο	4	9.52%
Σορβικό νάτριο	3	7.14%
Σορβικό οξύ	1	2.38%
Σουσάμι	3	7.14%
Σουσάμι Décor	2	4.76%

Σπόροι (σίκαλης,σταριού,βρώμης,κριθαριού)	1	2.38%
Σπόροι (καλαμποκιού,σίκαλης,σταριού, βρώμης, (κριθαριού,λιναρόσπορου,κεχριού)	1	2.38%
Σπόροι καλαμποκιού	1	2.38%
Συντηρητικό:Σορβικό κάλιο	2	4.76%
Φρουκτόζη	2	4.76%
Φυτικά έλαια	21	50.00%
Φυτικά λιπαρά	6	14.29%
Φυτικά λιπαρά υδρογονωμένα	3	7.14%
Φυτικές ίνες σίτου	4	9.52%
Φύτρο σίτου	8	19.05%
Natural Oat Bran 20%	3	7.14%

ΠΙΝΑΚΑΣ 6β

Το προϊόν μπορεί/μπορεί να περιέχει ίχνη από:		
Γάλα	7	16.67%
Σουσάμι	18	42.86%

Ενδέχεται να περιέχονται ίχνη από:		
Σουσάμι	1	2.38%

ВВЕДЕНИЕ

- 1 Aas K. The codfish allergen model. *Prog Allergo) Appi Immunol* 1980; 339-342.
Ann Allergy 1978; 41: 1-8.
- 11 Bahna SL. Food sensitivity. *Postgraduate Medicine* 1987; 82: 195-206.
- 12 Bernhisel-Broadbent J, Scanlon SM, Sampson HA. Fish hypersensitivity In vitro and oral challenge results in fish-allergic patients. *J Allergy Clin Immunol* 1992; 89: 730-737.
- 13 Bleumink E. Young E. Studies on the atopic allergen in hen's egg. II. Further characterization of the skin reactive fraction in egg white;immuno-electrophoretic studies. *Int Arch Allergy Appi Immunol* 1971; 40: 72-81.
- 14 Bmijneel-Koomen C, Ortolani C, Aas K, et al. Position paper: Adverse reactions to food. *Allergy* 1995; 50: 623-635.
- 15 Bock SA, Atkins FM. Patterns of food hypersensitivity during sixteen years of double-blind, placebo controlled food challenges. *J Pediatr* 1990; 4: 561-567.
- 16 Bock SA, Lee WY, Remigio LK, May CD. Stydies of hypersensitivity reactions to foods in infants and children. *J Allergy* 1978; 62:327-333.
- 17 Bock SA, Munoz-Furlong A, Sampson HA. Fatalities due to anaphylactic reactions to foods. *J Allergy Clin Immunol* 2001;101: 191–193. Mills et al. 1268
- 18 Bock SA, Remigio LK, Gordon B. Immunochemical localization of proteins in the intestinal mucosa of children with diarrhea. *J Allergy Clin Immunol* 1983; 72: 262-270.
- 19 Breneman JC. Nocturnal enuresis, a treatment regimen for general use. *Ann Allergy* 1965; 23: 185-194.
- 20 Brennenman JC. Food allergy. *Contemp Nutr* 4, 1979.
- 21 Brostoff J. Enzyme deficiency and food allergy. *The Practitioner* 1987; 231:600-605.
- 22 Brown M. Investigating food-related disease. *The Practitioner* 1987; 231: 584-590.
- 23 Buckley RH, Dees SC. Correlation of milk precipitins with IgA deficiency. *N Engi J Med* 1979; 281: 465-470.
- 24 Businco L, Bellanti J. Food allergy in childhood. Hypersensitivity to cow's milk allergens. *Clin Exp Allergy* 1993; 23:481-483.
- 25 Businco L, Benincori N, Cantani A, et al. Chronic diarrhea due to cow's milk allergy: A 4- to 10-year follow-up study. *Ann Allergy* 1985; 55: 844-847.
- 26 Businco L, Dreborg S, Einarsson R, et al. Hydrolysate formaulae. Allergenicity and use for treatment and prevention. A position paper of ESPACI. *Pediatr Allergy Immunol* 1993;4; 101-111.
- 27 Businco L, Furcolo G, Bnino G. State of the art in prevention of allergy to milk. *ACI Intern* 1998; 10: 69-75.
- 28 Cardi E, Corrado G, Cavaliere M, et al. Rezza-Cardi's diet: A dietary treatment for gastro-oesophageal reflux disease secondary to milk allergy. *Gastroenterology* 1996; 110: A75.
- 29 Codex Committee on Food Labelling. Labelling of Potential Allergens in Foods: Working Paper Prepared by Norway for the Codex Committee on Food Labelling, 22nd session, April, 1993.
- 30 Codex General Standard for the Labelling of Prepackaged Foods.CODEX STAN 1-1985 (Rev.1-1991),1999. <http://www.fao.org/DOCREP/005/y2770E/y2770E/y2770e02.htm#bm02>
- 31 Cohn J. Thrombocytopenia in childhood: An evaluation of 433 patients. *Scand J Haematol* 1976; 16: 226-232.
- 32 [Committee on Toxicity of Chemicals in Food, Consumer Products and the](#)

[Environment \(2002\) Adverse reactions to food and food ingredients.
http://www.food.gov.uk/science/ouradvisors/toxicity/reports/food_reactions](http://www.food.gov.uk/science/ouradvisors/toxicity/reports/food_reactions)

- 33 Cornel] HJ. Circulating antibodies to wheat gliadin fractions in coeliac disease. Arch Dis Child 1974; 49: 454-460.
- 34 Crayton JW. Adverse reactions to foods: Relevance to psychiatric disorders. J Allergy Clin Immunol 1986; 78: 243-251.
- 35 [Department of Health and Human Services \(2001\) Food code.
http://www.cfsan.fda.gov/~dms/foodcode.html](http://www.cfsan.fda.gov/~dms/foodcode.html)
- 36 Durve MJ, Kelley JF, Sen S. Skin test for gluten-sensitive enteropathy using subtractions of gluten. Ann Allergy 1980;44: 8-19.
- 37 E. N. C. Mills¹, E. Valovirta², C. Madsen³, S. L. Taylor⁴, S. Vieths⁵, E. Anklam⁶, S. Baumgartner⁷, P. Koch⁸, R. W. R. Crevel⁹, L. Frewer¹⁰ -Information provision for allergic consumers – where are we going with food allergen labelling?
- 38 E. N. C. Mills¹, E. Valovirta², C. Madsen³, S. L. Taylor⁴, S. Vieths⁵, E. Anklam⁶, S. Baumgartner⁷, P. Koch⁸, R. W. R. Crevel⁹, L. Frewer¹⁰
¹Institute of Food Research, Norwich, UK;
²European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients_ Associations, Brussels, Belgium;
³Danish Food and Veterinary Research, Søborg, Denmark; ⁴University of Nebraska, Lincoln, NE, USA; ⁵Paul Ehrlich Institute, Langen, Germany; ⁶European Commission, Directorate General Joint Research Centre, Institute for Reference Materials and Measurements, Geel, Belgium; ⁷IFA-Tulln, Konrad Lorenzstrasse 20, Tulln, Austria; ⁸SQTS-Swiss Quality Testing Services, Dietikon, Switzerland; ⁹SEAC, Unilever Colworth, Sharnbrook, UK; ¹⁰Department of Marketing and Consumer Behaviour, Wageningen University and Research Centre, Wageningen, The Netherlands. Information provision for allergic consumers – Where are we going with food allergen labelling?
- 39 Eigenmann PA. Food allergy: a long way to safe processed foods. Allergy 2001;56:1112–1113.
- 40 Emmett, S. E., Angus, F. J., Fry, J. S., & Lee, P. N. (1999). Perceived prevalence of peanut allergy in Great Britain and its association with other atopic conditions and with peanut allergy in other household members. Allergy, 54, 380e385.
- 41 Eriksson NE, Fonngren WH, Svenonius DE. Food hypersensitivity in patients with pollen allergy. Allergy 1982; 37:437-442.
- 42 ESPGAN Committee on Nutrition. Guidelines on Infant Nutrition. Recommendations for the composition of an adapted formula. Acta Paed Scand 1977; 262(suppl): 1-21.
- 43 European Commission (1979) Council Directive 79/112/EEC of 18 December 1978 on the approximation of the laws of the Member States relating to the labelling, presentation and advertising of foodstuffs for sale to the ultimate consumer. Official Journal of the European Commission L033, 1–14.
- 44 European Commission (2000) Directive 2000/13/EC of the European Parliament and of the Council of 20 March 2000 on the approximation of the laws of the Member States relating to the labelling, presentation and advertising of foodstuffs. Official Journal of the European Commission L109, 29–42.
- 45 European Commission (2003) Directive 2003/89/EC of the European Parliament and of the Council of 10 November 2003 amending Directive 2000/13/EC as regards indication of the ingredients present in foodstuffs. Official Journal of the European Communities L308, 15–18.

- 46 European Commission (2005) Commission Directive 2005/26/EC of 21 March 2005 establishing a list of food ingredients or substances provisionally excluded from Annex IIIa of Directive 2000/13/EC of the European Parliament and of the Council. Official Journal of the European Commission L075, 33–34.
- 47 [European Food Safety Authority \(2004\) Opinion of the Scientific Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies on a request from the Commission relating to the evaluation of allergenic foods for labelling purposes \(EFSA-Q-2003–016\).
http://www.efsa.eu.int/science/nda/nda_opinions/341_en.html](http://www.efsa.eu.int/science/nda/nda_opinions/341_en.html)
- 48 [European Food Safety Authority \(2004–5\) Opinions of the Scientific Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies \(NDA\).
http://www.efsa.eu.int/science/nda/nda_opinions/catinv_dex_en.html](http://www.efsa.eu.int/science/nda/nda_opinions/catinv_dex_en.html)
- 49 European Parliament and Council (2001). Directive 2001/95/EC of 3 December 2001 on general product safety. Official Journal of the European Communities, L011, 4e17.
- 50 European Parliament and Council (2002). Regulation 178/2002/EC of 28 January 2002 laying down the general principles and requirements of food law, establishing the European Food Safety Authority and laying down procedures in matters of food safety. Official Journal of the European Communities, L31, 1e24.
- 51 European Union. Directive 2000/13/ EC of the European Parliament and of the Council of 20 March 2000 on the approximation of the laws of the Member States relating to the labelling, presentation and advertising of foodstuffs. Official J Europ Commun 2000;109:P0029–P0042.
- 52 Farah DA, Calder I, Benson I, MacKenzie JF. Specific food intolerance: its place as a cause of gastrointestinal symptoms. Gut 1985;26: 164–172.
- 53 Federal Register. United States Department of Agriculture - rules and regulations. 1983; 48: 32749.
- 54 Fink J. Help is on the way for 35 million with allergies. US News World Report 1984; 4: 66–78.
- 55 Flinterman, A. E., Pasmans, S. G., Hoekstra, M. O., Meijer, Y., van Hoffen, E., Knol, E. F., et al. (2006). Determination of no-observed adverse-effect levels and eliciting doses in a representative group of peanut-sensitised children. Journal of Allergy and Clinical Immunology, 117, 448e454.
- 56 [Food Allergies – The European Concern. Abstracts from the 7th EFAC Conference.
http://www.efanet.org; http://www.epha.org/a/330.](http://www.efanet.org)
- 57 [Food and Agriculture Organization \(1995\) Report of the FAO Technical Consultation on Food Allergies. Rome: FAO. Food Standards Agency \(2004\) Advice for caterers on allergy and intolerance, May 2004.
http://food.gov.uk/safereating/allergyintol/caterers/](http://food.gov.uk/safereating/allergyintol/caterers/)
- 58 [Food and Agriculture Organization of the United Nations \(FAO\). \(1995\).
Edible nuts. www.fao.org/docrep/v8929e/v8929e00.htm](http://www.fao.org/docrep/v8929e/v8929e00.htm)
- 59 Food and Agriculture Organization (1998) Food Quality and Safety Systems – A Training Manual on Food Hygiene and the Hazard Analysis and Critical Control Point (HACCP) System. Rome: FAO.
- 60 Food and Agriculture Organization/World Health Organization (2001) FAO/WHO Expert Consultation on Foods Derived from Biotechnology. Rome: FAO.
- 61 Food Standards Agency (2005) Strategic Plan 2005–2010 – Putting consumers first.
<http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/stratplan0510.pdf> Food Standards Australia New Zealand (2002)
<http://www.foodstandards.gov.au/foodstandardscode/>
- 62 Friedman RA, Doyle WJ, Casselbrant ML, Bluestone C, Fireman R Immunologic-mediated eustachian tube obstruction: A double-blind crossover study. J Allergy Clin Immunol 1983; 71:442–449.
- 63 Geerts, G., Heestermans, H., & Kruyskamp, C. (1984). Van Dale grootwoordenboek der Nederlandse taal. Utrecht, The Netherlands: VanDale lexicografie.

- 64 Giampietro PG, Ragno V, Daniele S, et al. Soy hypersensitivity in children with food allergy. *Ann Allergy* 1991; 67: 400-402.
- 65 Gryboski JD. Gastrointestinal milk allergy in infants. *Pediatrics* 1967; 40: 354-360.
- 66 Hall JG, Levin J, Kuhn JP, et al. Thrombocytopenia with absent radius (TAR). *Medicine* 1969; 48; 411-418.
- 67 Halmeppo LD, Nuntirooj KK, Salvaggio J, et al. Identification of crav/fish and lobster allergens. *Ann Allergy* 1985; 55:307-313.
- 68 Hannuksela M. Food allergy and skin diseases. *Ann Allergy* 1983; 51:269-274.
- 69 Heathley RV, Denburg JA, Bayer N, et al. Increased plasma histamine levels in migraine patients. *Clin Allergy* 1982; 12:145-153.
- 70 Heiner DC. Allergy to cow's milk. *N Engl Soc Allergy Proc* 1981; 2: 192-197.
- 71 Heiner DC, Sears JW, Kniker WT. Multiple precipitins to cow's milk in chronic respiratory Disease :A syndrome including poor growth, gastrointestinal symptoms, evidence of allergy, iron deficiency anemia and pulmonary hemosiderosis. *Am J Dis Child* 1962; 103:634-641.
- 72 Helm RM, Burks AW. Mechanisms of food allergy. *Curr Opin Immunol* 2000; 12:647-653.
- 73 Herman JJ, Radin R, Schneidennan R. Allergic reactions to measles vaccine in patients hypersensitive to egg protein. *J Pediatr* 1983; 102:196-204.
- 74 Hill DJ, Cameron DJS, Francis DEM, et al. Challenge confirmation of late onset reactions to extensively hydrolysed formulas in infants with multiple food protein intolerance. *J Allergy Clin Immunol* 1995; 96: 386-394.
- 75 Hoffman DR, Day ED, Miller JS. The major heat stable allergen of shrimp. *Ann Allergy* 1981; 47: 17-25.
- 76 Hourihane, J. O., Kilburn, S. A., Nordlee, J. A., Hefle, S. L., Taylor, S. L., & Warner, J. O. (1997). An evaluation of the sensitivity of subjects with peanut allergy to very low doses of peanut protein: a randomized, double-blind, placebo-controlled food challenge study. *Journal of Allergy and Clinical Immunology*, 100, 596-600.
- 77 Hubby S, Host A, Teisner B, Svehaug SE. Infants and children with cow milk allergy/intolerance. Investigation of the uptake of cow milk protein and activation of the complement system. *Allergy* 1990; 45: 547-551.
- 78 Humie`res, J., & Wal, J.-M. (2004). EU Regulation: what's new in terms of labelling of food allergens? *Allergy*, 59, 1259-1261.
- 79 Jakobsson I, Lindberg T. A prospective study of cow's milk protein intolerance in Swedish infants. *Acta Paediatr Scand* 1979; 68: 853-859.
- 80 Jenkins HR, Pincott JR, Soothill JF, et al. Food allergy: the major causes of infantile colitis. *Arch Dis Child* 1984; 59:326-332.
- 81 Jensen B. Schonlein-Henoch's purpura. Three cases with fish or penicillin as allergen. *Acta Med Scand* 1965; 152:61-68.
- 82 Jewell DP, MacLennan ICM. Circulating immune complexes in inflammatory bowel disease. *Clin Exp Immunol* 1977; 29:187-208.
- 83 Johansson SA, Lundberg A, Sjoberg HE. Influence of heparin on thrombocytopenia in allergic reactions. *Acta Med Scand* 1960; 168:165-172.
- 84 Johansson SGO, O'B Hourihane J, Bousquet J, Bruijnzeel-Koomen C, Dreborg S, Haahtela T, Kowalski ML, Mygind N, Ring J, van Cauwenberge P, van Hage-Hamsten M, Wüthrich B. A revised nomenclature for allergy. An EAACI position statement from the EAACI nomenclature task force. *Allergy* 2001; 56:813-824.

- 85 Juhlin L. Incidence of intolerance to food additives. *Int J Dermatol* 1980; 19:548-553.
- 86 Kajosaari M. Food allergy in Finnish children aged 1 to 6 years. *Acta Paediatr Scand* 1982; 71: 815-824.
- 87 Kidd JM, Cohen SH, Sosman AJ, Fink JN. Food – dependent exercise-induced anaphylaxis. *J Allergy Clin Immunol* 1983; 71:407-414.
- 88 Lebenthal E. Cow's milk protein allergy. *Pediatr Clin N Am* 1975; 22: 827-840.
- 89 Lessof MI-I, Wraith DG, Merrett TG, Merrett J, Nuisseret PD. Food allergy and intolerance in 100 patients- local and systemic effects. *Q J Med* 1980; 99: 259-268.
- 90 MacDonald TT, Spencer J. Evidence that activated mucosal T cells play a role in the pathogenesis of enteropathy in human small intestine. *J Exp Med* 1988; 167: 1341-1347.
- 91 Mailing HJ. Immunotherapy: Position Paper Prepared by the Immunotherapy Subcommittee of the European Academy of Allergology and Clinical immunology. *Allergy* 1988; 43(Suppl.6): 1-31, 1988.
- 92 Mansfield LE, Bowers CH. Systemic reaction to papain in a non-occupational setting. *J Allergy Clin Immunol* 1983; 71:371-378.
- 93 Mark Boden, Ruth Dadswell and Sue Hattersley, Food Standards Agency, Review of statutory and voluntary labelling of food allergens
- 94 Marshall RH, Linder A, Maklansky D, Gelb A. Eosinophilic gastroenteritis. *JAMA* 1981; 245: 1677-1684.
- 95 Metcalfe DD. A Current Practical Approach to the Diagnosis of Suspected Adverse Reactions to Foods. *NER Allergy Proc* 1987; 8: 22-28.
- 96 Michel FB, Bousquet J, Greillier P, et al. Comparison of cord blood immunoglobulin E and maternal allergy for the prediction of atopic disease in infancy. *J Allergy Clin Immunol* 1980; 65: 422-430.
- 97 Oehling A, Cagnani CE. Food allergy and child asthma. *Allergol Immunopathol* 1980; 8: 7-18.
- 98 Onorato J, Merland N, Terral C, Michel FB, Bousquet SJ. Placebo-controlled double-blind food challenge in asthma. *J Allergy Clin Immunol* 1986; 78: 1139-1146.
- 99 Parish WE, Barrett AM, Coombs RRA, et al. Hypersensitivity to milk and sudden death in infancy. *Lancet* 1960; 2:1106-1110.
- 100 Pearson DJ, Rix KJB, Bentley SJ. Food allergy: how much in the mind? A clinical and psychiatric study of suspected food hypersensitivity. *Lancet* 1983; 1:1259-1264.
- 101 Pock-Steen OC, Niordson AM. Milk sensitivity in dermatitis herpetiformis. *Br J Dermatol* 1970; 83:614-619.
- 102 Rene' Crevel, Industrial dimensions of food allergy
- 103 Ribon A, Joshi S. Is there any relationship between food additives and hyperkinesia? *Ann Allergy* 1982; 48: 275-283.
- 104 Rix KJB, Pearson DJ, Bentley SJ. A psychiatric study of patients with supposed food allergy. *Br J Psychiatry* 1984; 145:121-128.
- 105 Robinson BWS. Henoch-Schönlein purpura due to food hypersensitivity. [Letter to the Editor]. *Br Med J* 1977; 1:510-515.
- 106 Sampson HA, Buckley R, Metcalfe DD. Food Allergy. *JAMA* 1987; 258: 2286-2294.
- 107 Sampson HA, McCaskill CM. Food hypersensitivity and atopic dermatitis: Evaluation of 113 patients. *J Pediatr* 1985; 107: 669-676.
- 108 Sampson HA. IgE-mediated food intolerance. *J Allergy Clin Immunol* 1988; 81:495-502.
- 109 Sampson HA. Immunologically mediated food allergy: the importance of food challenge procedures. *Ann Allergy* 1988; 60: 262-270.
- 110 Scudamore HH, Phillips SF, Swediund HA, Gleich GJ. Food allergy manifested by eosinophilia,

- elevated immunoglobulin E level and protein-losing enteropathy: The syndrome of allergic gastroenteropathy. *J Allergy Clin Immunol* 1982; 70:129-136.
- 111 Settiple GA. The Restaurant Syndromes. *NER Allergy Proc* 1987; 8: 39-45.
 - 112 Shiner M. Ultrastructural features of allergic manifestations in the small intestine of children. *Scand J Gastroenterol (Suppl)* 1981; 70:49-57.
 - 113 Sinatra R, Merritt J. Iatrogenic kwashiorkor in infants. *Am J Dis Child* 1981; 135:2126.
 - 114 Smith MA, Youngs GR, Barnes RMR, Finn R. Food intolerance and atopic status in the irritable bowel syndrome. *Gut* 1985; 26: A572.
 - 115 Speer F. Colic and allergy: A ten year study. *Arch Pediatr* 1958;75: 271-276.
 - 116 Stevenson DD, Simon RA, Lumry WR, et al. Adverse reactions to tartrazine. *J Allergy Clin Immunol* 1986; 78:182-188.
 - 117 Swaisgood HE. Characteristics of edible fluids of animal origin: milk. In: Fennema OR (ed). *Food chemistry*. New York: Marcel Dekker, 1985; 791-827.
 - 118 Tabar AI, Alvarez MJ, Echechipia S, et al. Anaphylaxis from cow's milk casein. *Allergy* 1996; 51: 343-345.
 - 119 [UK Food Standards Agency. Nut Allergy Labelling – Report of Research into the Consumer Response. http://www.foodstandards.gov.uk/multimedia/pdfs/nutallergyresearch.pdf](http://www.foodstandards.gov.uk/multimedia/pdfs/nutallergyresearch.pdf).
 - 120 [UK Parliament \(1990\) Food Safety Act 1990 \(c. 16\). http://www.opsi.gov.uk/acts/acts1990/Ukpga_19900016_en_1.htm](http://www.opsi.gov.uk/acts/acts1990/Ukpga_19900016_en_1.htm)
 - 121 [UK Parliament \(1996\) Statutory Instrument 1996 No. 1499. The Food Labelling Regulations 1996. http://www.opsi.gov.uk/si/si1996/Uksi_19961499_en_1.htm](http://www.opsi.gov.uk/si/si1996/Uksi_19961499_en_1.htm)
 - 122 [UK Parliament \(2004\) Statutory Instrument 2004 No. 2824. The Food Labelling \(Amendment\) \(England\) \(No. 2\) Regulations 2004. http://www.opsi.gov.uk/si/si2004/20042824.htm](http://www.opsi.gov.uk/si/si2004/20042824.htm)
 - 123 [UK Parliament Health Committee \(2004\) Health Committee Report, 2004. The provision of allergy services. http://www.publications.parliament.uk/pa/cm/200304/cmselect/cmhealth/696/69602.htm](http://www.publications.parliament.uk/pa/cm/200304/cmselect/cmhealth/696/69602.htm)
 - 124 [US Congress \(2004\) Food Allergen Labelling and Consumer Protection Act of 2004. http://www.cfsan.fda.gov/~dms/alr_gact.html](http://www.cfsan.fda.gov/~dms/alr_gact.html)
 - 125 Vadas P, Perelman B. Presence of undeclared peanut protein in chocolate bars imported from Europe. *J Food Protect* 2003;66:1932–1934.
 - 126 Vierk K, Falci K, Wolyniak C, Klontz KC. Recalls of foods containing undeclared allergens reported to the US Food and Drug Administration, fiscal year 1999. *J Allergy Clin Immunol* 2002;109:1022–1026.
 - 127 Waldman TA, Wochner RD, Laster L, et al. Allergic gastroenteropathy. A cause of excessive gastrointestinal protein loss. *N Engl J Med* 1967; 276: 762-766.
 - 128 Warner JO. Food allergy in fully breast-fed infants. *Clin Allergy* 1980; 10: 133- 141.
 - 129 Wershil BK, Walker WA. Milk allergies and other food allergies in children. *Immunol Allergy Clin N Am* 1988; 8: 485- 502.
 - 130 Wicher K, Reisman RE. Anaphylactic reaction to penicillin(or penicillin-like substance) in a soft drink. *J Allergy Clin Immunol* 1980; 66:155-161.
 - 131 Wilson JF, Heiner DC, Lahcy ME. Milk-induced gastrointestinal bleeding in infants with hypochromic microcytic anemia. *JAMA* .1974; 199: 568-574.
 - 132 Yunginger JW, Sweeney KG, Stumer WQ, et al. Fatal food-induced anaphylaxis. *JAMA* 1988; 260:1450-1454.

- 133 Zeiger RS. Atopic dermatitis of childhood: Current concepts and management. Immunol Allergy Pract 1981; 3(6): 39-45.
- 134 Βασική και Κλινική Αλλεργιολογία-Ελληνική Εταιρία Αλλεργιολογίας και Κλινικής Ανοσολογίας