

# Nahrungsmittelunverträglichkeit:

## Salizylate und Abkömmlinge

Die Toleranzgrenze ist bei den Patienten unterschiedlich hoch. Gewürze werden in sehr geringen Mengen verbraucht, dadurch ist die Zufuhr minimal. Der Reifegrad von Früchten spielt ebenfalls eine Rolle. Eine Konstanz des Salicylatgehaltes ist somit mengenmässig und qualitativ nicht gegeben.

Um den Vitaminbedarf zu decken, stehen noch ausreichend Obst- und Gemüsesorten zur Verfügung. Fleisch, Geflügel, Fisch, Eier, Fette und Getreideprodukte können bezüglich des Salicylatgehaltes ohne Bedenken gegessen werden.

Salicylate und Abkömmlinge: Auch bekannt als Aspirin enthaltende Produkt.

Salicylsäuregehalt in Obst, Beeren, Gemüse und Gewürzen .....	2
Obst, Beeren .....	2
Gemüse .....	3
Gewürze .....	4
Salicylate kommen vor in: .....	5
Früchte .....	6
Gemüse .....	7
Nüsse, Snacks .....	8
Süssigkeiten .....	8
Kräuter, Gewürze .....	9
Getränke alkoholfrei .....	10
Getränke alkoholisch .....	10
Fett und Öle .....	10
Inhaltsstoffe in topisch verwendeten Produkten .....	11
Pyrazolonhaltige Medikamente .....	13
Äussere Anwendung (Crèmen, Salben etc.): .....	16
Patienten mit Salicylsäure Überempfindlichkeit sollten folgende Stoffe meiden: .....	17
Acetylsalicylhaltige Präparate: .....	17
Ersatz-Medikamente bei Aspirin- und Pyrazolon-Intoleranz .....	18
1. Analgetika allgemein (Schmerzmittel) .....	18
2. Bei Erkältungen, Schnupfen, Grippe .....	18
3. Antirheumatika/Muskelschmerzen .....	18
4. Starke Schmerzmittel .....	18
5. Antirheumatika .....	18

## Salicylsäuregehalt in Obst, Beeren, Gemüse und Gewürzen

(Quelle: DGE Ernährungsbericht 1992)

<b>Obst, Beeren</b>	<b>Salicylsäure (mg/kg)</b>
Sultaninen	78.0
Rosinen	66.2
Himbeeren	51.4
Rote Johannisbeeren	50.6
Datteln, getrocknet	45.0
Schwarze Johannisbeeren	30.0
Blaubeeren	27.6
Aprikosen	25.8
Aprikosen, getrocknet	-
Orangen	23.0
Ananas	21.0
Brombeeren	18.6
Preiselbeeren	16.4
Heidelbeeren	16.4
Erdbeeren	13.6
Trauben	9.4
Kirschen	8.5
Grapefruit	6.8
Pfirsiche	5.8
Mandarinen	5.6
Nektarinen	4.9
Wassermelone	4.8
Apfel Jonathan	3.8
Apfel Granny Smith	3.8
Apfel Golden Delicious	0.8
Kiwi	3.2
Birne	2.7
Pflaume	2.1
Zitrone	1.8
Banane	<0.1

<b>Gemüse</b>	
Endiviensalat	19.0
Oliven, grün	12.9
Champignons	12.6
Rettich	12.4
Zucchini	10.6
Kresse	8.4
Broccoli	6.5
Spinat	5.8
Karotten	2.3
Meerrettich	1.8
Blumenkohl	1.6
Zwiebeln	1.6
Spargel	1.4
Tomaten	1.3
Rhabarber	1.3
Kartoffeln	1.2
Erbsen	0
Bohnen	0
Bambussprossen	0
Sojabohnen	0
Grünkohl	0
Sellerie	0

<b>Gewürze</b>	
Curry	2180
Paprika, scharf	2030
Oregano	660
Worcester-Sauce	643
Kumin	450
Senf	260
Anissamen	228
Cayennepfeffer	176
Zimt	152
Kardamon	77
Basilikum	34
Pfeffer, schwarz	62
Pfeffer, weiss	11
Korianderblätter, frisch	2
Knoblauchzehen	1

## Salicylate kommen vor in:

- Früchte
- Gemüse
- Nüsse, Snacks
- Süßigkeiten
- Kräuter, Gewürze
- Getränke alkoholfrei
- Getränke alkoholisch
- Fett und Öle
- Inhaltstoffe in topisch verwendeten Produkten
- Pyrazolon & ASS haltige Medikamente

Ersatzmedikamente bei ASS und Pyrazolonintoleranz

Treten Zeichen einer Salicylatintoleranz auf, so sollten in der Ernährung und im täglichen Gebrauch von Kosmetika usw. die unten aufgeführten Stoffe weggelassen werden. Dabei kann vor allem der Gehalt an Salicylaten in den Nahrungsmitteln wegweisend sein. Bei den Externa oder Konservierungsmitteln ist eine Tabelle aufgeführt, hier kann zuerst die Liste links vermieden werden. Erst wenn dies nicht zum gewünschten Erfolg führt sollte auf die mittlere und wesentlich schwieriger einzuhaltende rechte Spalte zurückgegriffen werden. Faustregel: Nur weil auf einer Packung nichts von Salicylat vermerkt ist bedeutet dies nicht, dass kein Salicylat oder einer seiner Abkömmlinge im Produkt beinhaltet ist. Vor allem pflanzliche Produkte können sehr wohl Salicylate enthalten. Praktisch alle Pflanzen produzieren Salicylate. So können insbesondere Pflegeprodukte mit folgenden Inhaltsstoffen eine gewisse Gefahr für salicylatempfindliche Patienten darstellen: Aloe, Ginseng, Mandelöl in Crèmes, Lotionen und Phytotherapeutika. Deshalb sind gerade auch Kosmetika vor dem Gebrauch zu überprüfen. Insbesondere Warzenentfernungslösungen, Akneprodukte, Reinigungslotionen, Peeling- und Schälmittel, Kräutershampoos, Haarconditioner, Haarsprays, Rasiercrèmes (Menthol- oder Aloehaltig), Mundspülungen und Zahnpasta enthalten oft Salicylate. Ebenso können Sonnenschutzmittel oder Bräunungsmittel Salicylate (Oxylsalicylat) enthalten.

Beachten Sie die Liste über Salicylatgehalt von Nahrungsmitteln in englisch.

Grundsätzlich gilt, dass vor allem unreife und ungeschälte Früchte und Gemüse viel Salicylate enthalten. So sollen bei einer Salicylatunverträglichkeit Früchte und Gemüse reif und dick geschält sein

## Früchte

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Banana, Pear (peeled)	Apple-golden delicious, Paw paw, Nashi Pears	Apple-red delicious, Custard apple, Fig, Lemon, Loquat, Mango, Pear (with peel), Tamarillo	Apple-Granny Smith Apple- Jonathan, Avocado, Grapefruit, Kiwi fruit, Lychee, Mandarin, Mulberry, Nectarine, Passionfruit, Peach, Pomegranate, Suqar Banana, Watermelon	Apricot, Blackberry, Blackcurrant, Blueberry, Boysenberry, Cherry, Cranberry, Currant (dried), Date, Grape, Guava, Loganberry, Orange, Pineapple, Plum, Prune, Raisin (dried), Raspberry, Redcurrant, Rockmelon, Strawberry, Sultana (dried), Tangelo, Tangerine, Youngberry

## Gemüse

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Bamboo Shoots, Beans-dried, Cabbage, Celery, Lentils-brown, Lentils-red, Lettuce (iceberg), Peas- dried, Potato (white peeled), Swede	Bean - green, Brussels sprout, Cabbage-red, Chives, Choko, Leek, Mung bean sprouts, Peas- green, Shallots, Parsnip, Potato (new and red pontiac), Pumpkin, Spinach, Snow Peas, Snow Pea sprout, Sweet corn, Sweet Potato, Turnip	Asparagus, Beetroot, Broccoli, Carrot, Cauliflower, Chinese veges, Lettuce (other), Marrow, Mushrooms, Onion,	Alfalfa sprouts, Artichoke, Broadbean, Chilli, Cucumber, Eggplant, Radish, Tomato, Waterchestnut, Watercress, Zucchini	Capsicum, Champignon, Chicory, Endive, Gherkin, Hot pepper, Olive, Radish, Tomato Products

## Nüsse, Snacks

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Poppyseed	Cashews, Potato chips-plain, Sesame seeds,	Brazil nuts, Coconut, Cornchips, Hazel nuts, Macadamia, Peanut, Pecan nuts, Plain Popcorn, Pinenuts, Pistachio nuts, Pumpkin seeds, Sesame seeds, Sunflower seeds, Tacos, Walnuts		Almond, Muesli bars, Savoury flavoured chips and snacks, Waterchestnut

## Süßigkeiten

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Carob, Cocoa, Maple Syrup, White Sugar,	Caramels, Golden Syrup, Malt Extract, Toffee	Molasses, Raw Sugar,		Chewing gum, Fruit flavours, Honey, Honey flavours, Jam except pear, Liquorice, Mint flavoured sweets, Peppermints

## Kräuter, Gewürze

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Parsley, Salt (sea)	Chives, Garlic, Malt Vinegar, Saffron, Shallots, Soy Sauce, Vanilla (pure)		All spice, Bayleaf, Caraway, Cardamom, Cinnamon, Clove, Coriander, Cumin, Ginger, Mixed herbs, Mustard, Nutmeg, Oregano, Pepper, Pimiento, Rosemary, Tarragon, Turmeric, Vinegars (other, e.g. cider, red, and white wine)	Aniseed, Cayenne, Commercial Gravies &Sauces, Curry, Dill, Fish, meat, and tomato pastes

### Getränke alkoholfrei

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
COFFEE All brands of Decaffeinated coffees OTHER Aktavite, Milo, Ovomaltine, Carob Powder Milk (goats, cows), Soy Milk, Pear Juice (home-made)		COFFEE All brands of regular coffee TEA Decaffeinated Tea, Herbal Tea except Peppermint tea CEREAL COFFEE Reform Natures, Dandelion, Ecco, Bambu OTHER Coke, Rosehip Syrup	OTHER Fruit Juice other than pear juice	TEA All other teas, Peppermint Tea CEREAL COFFEE Cuppa OTHER Cordials, Fruit flavoured drinks

### Getränke alkoholisch

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Gin, Whisky, Vodka		Cider, Beer, Sherry, Brandy		Liqueur, Port, Wine, Rum

### Fett und Öle

NEGLIGIBLE	LOW	MODERATE	HIGH	VERY HIGH
Butter, Margarine, Canola Oil, Safflower Oil, Sunflower Oil	Ghee	Almond Oil, Corn Oil, Peanut Oil, Sesame Oil, Walnut Oil	Coconut Oil, Copha, Olive Oil	

## Inhaltstoffe in topisch verwendeten Produkten

(vgl. CTFA bzw. INCI (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients))

Ingredients known to contain salicylates:	May Contain Salicylates:	Ingredients to check for:
Almond oil	Acne compounds	Acetanilide
Aloe (also found on shaving razors)	Alka-Selzer	Baby oil; oil of myrcia
Anthranelic acid	Anacin	Bayberry wax
Aspirin	Aspercreme	Cassia oil
Avocado oil	Astingents	Citronella
Camphor	Bayer	Cloves, oil of
Carnauba Wax	Bufferin	Coconut oil (low in salicylates; varies from nil to some)
Castor oil	Cosmetics	Eucalyptus oil
Diflunsal (potent salicylate)	Creams	Eugenol
Menthol	Ecotrin	FD&C Yellow No.5
Methyl Salicylate	Excedrin	Geraniol
Myrtle leaves	Exfoliants	Geranium oil
Poplar bark	Hair sprays	Gum Karaya
Quercitin (a bioflavinoid sometimes found in Vit.C)	Herbs (ALL) [This means absolutely no items such as Ginko Biloba, Ginseng, Echinacea, Evening Primrose Oil, Flaxseed Oil, Super Blue-Green Algae, etc., etc.. I can't list them all, so if it's listed in an herb book, don't use it.]	Gum Tragacanth
Salicin		Heliotropin
Salicylamide		Hena
Salicylate		Hydroxycitronella
Salicylic Acid (and any derivatives of)		Japan wax
Sulphosalicylic acid		Laureth (low in salicylates)
Trisalicylate		Lauric Acid (low in salicylates)
Willow bark		Lavender oil
		Licorice oil
		Marjoram oil
		Mustard oil
		Olive oil
		Orange oil
		P-amino benzene
		Patchouli
		Peppermint oil

	<p>word)</p> <p>Pain medications (many contain salicylate or salicylic acid)</p> <p>Peptobisol</p> <p>Pycnogenol</p> <p>Shampoos and Conditioners</p> <p>Shaving creams</p> <p>Sunscreens and Sunless</p> <p>Tanning products</p> <p>Teas (all herbals)</p> <p>Toothpastes</p> <p>Wart and callus removers</p>	<p>Petitgrain oil</p> <p>Phthalic acid</p> <p>Pine oil</p> <p>Sandalwood oil</p> <p>Sesame Seed oil (low)</p> <p>Sunflower Seed oil (low)</p> <p>Vanilla Extract (varies greatly)</p> <p>Vanillic acid</p> <p>Vanillin</p> <p>Vitamin E (from plants)</p> <p>Wintergreen oil</p> <p>Yucca, oil of</p> <p><b>Items to check for:</b></p> <p>Fragrances (perfumes are okay)</p> <p>Teas (generic in your grocery stores)</p>
--	--	--

## Pyrazolonhaltige Medikamente

Hauptsächlich enthalten in Analgetika (Schmerzmitteln), Antipyretika (fiebersenkende Mittel), Antiphlogistika (Entzündungshemmer), Spasmolytika (krampflösende Mittel)

Liste ist nicht vollständig und nicht auf dem neuesten Stand, Änderungen vorbehalten

Interne Anwendung:

A		G		Q
	Adol		Galenopyrin	Quadronal
	Algex		Gentamydon	Qualibutazone
	Algimédine		Gewodin	Quilil
	Algopriv		Giralgan	R
	Alliobal		Glutisal	Rapostan
	Analgeticon		Gubamin	Realin
	Anax	H		Rectopyrin
	Antimin		Hedan	Reflex
	Antimal Croix		Helgavit	Reformin
	Antipyrine	I		Reta-mex
	Anturano		Ichtho-Bellol	Retrodol
	Arantil		Ichtho-Spasmin	Revulex
	Arbid		Imbun	Rheumacyl
	Arcobutina		Influbene	Rheumaphen
	Arzrowas		Ircodenyli	Rheumapax
	Asthma Longoral		Irqapyrine	Rheumasan
	Azur		Judolor comp.	Rheumycalm
B		K		Rheupyrin
	Baralgin		Kafa	Rheusa
	Barbamin		Kefalgana	Ring-Tabletten
	Bio-Lebenspulver		Kefol	S
	Bronchisan	L		Salgydal
	Bronchoasthman		Ladinex	Sali-Inject
	Broncholine		Lagalgine	Sanalgin
	Bucodine		Larodon	Sano-Foehn
	Buscopan comp.		Lydalgin	Saridon
	Butacote	M		Sédarène
	Butacyclon		Makara	Sedipral
	Butadion		Makathorin	Seranex
	Butalyssen		Malinert	Sigaprin

	Butaphyllin	Mediversin	Sigapyrin
	Butapredin	Melabon	Sigma-Elmedal
	Butaprisolone	Melaforte	Sinedal
	Butazolidin	Meliobal	Sinervin forte
	Butazon	Melubrin	Siniphen
C		Mensalgine	Somnocodal
	Cachets Faivre	Mensylen	Solco 7
	Calminol Pulver	Mephabutanal	Spalt
	Calmophyllin	Mephabutazone	Spaslar
	Caposan Carudol	Mephadolor	Spasmanodin
	Carudol	Mephalgine	Spasmium comp.
	Cérébrol	Mephapyrin	Spasmo-Barbamin
	Chinophyrine	Mepropropyrin	Spasmo-Cibalgin
	Cibalgin	Metamizol	Spasmo-Detrex
	Citropyrol	Midalgyl	Spasmodil
	Citrovaniille	Migräne-Kranit	Spasmosol
	Clinit	Migränin	Spasmus
	Cofamin	Migrexia	Spedalgin
	Coffo-set	Minalgin	Spirocol
	Commotional	Mobuzon	Spondylon
	Corbuton	Morletti	Stellapyrin
	Corbuvit	N	Sulfonovin
	Cosavil	Néalgyl	Supadol
D		Neo-Efrodal	Supporectal
	Damia	Neoflux	Supralgin
	Debutazol	Neorheumol	Synegal
	Delphimix	Nervacit	T
	Delta-Butazolidin	Neuragrippol	Tanderil
	Delta-Elmedal	Neuro-Elmedal	Taumasthman
	Delta-Gropyrin	Neuro-Europen	Thea Pulver
	Delta-Tomanol	Nicaphlogyl	Ticinil
	Demohas	Nicopyron	Tomanol
	Derminal Trpf.	Nisidina	Tonopan
	Dianal Gisiger	No-Flu	Trabar
	Dilaphyllin Trpf.	Novalgin	Trabit
contre-doleurs		Nova-Lyseen	Trinedol
	Dimapyrin Gorun	Novidol	U

Dismenol Grippe- Drageen	O	Novo-Petrin	V	Urozero
Dismobon B Paramed		Oferol Rapid		Veramon
Dolibral Grippe- Dragees		Optalidon		Vertrebran
Dolo-Baralgin		Optineural		Viden
Wiedenmann	P	Osadrin		Vivimed N
Dolo Buscopan		Palerol	W	Visceralgin comp.
Dolon		Panax		Wyss Asthmapulver
Dolo-Neurobion		Parasulfol-U	X	
Doloprolixan		Pratadol		Xaril
Dolopyrin		Peralga	Z	
Dolora		Perpector sirop		Zanders Migränepulver
Dolo-Stop comps.		Phenalgin		Zepelin
Driph-Algin		Phenopyrin		Zircanorm
Dysmensan		Phlogase		
E		Phlogistol		
Eldagripping		Prebutex		
Eliminin		Predni-Butadion		
Elmedal		Predisal Rivodol		
Enalgin		Prolixan		
Epizon		Pyra-Elmedal		
Era		Pyramidon		
Escalgin				
Escoderm comp.				
Escoflex comp.				
Escogripp				
Escomen				
Escopyrin				
Eu-Med. A				
Eumotol				
F				
Febracyl				
Febrinal				
Felsolyn				
Finigripp				
Fiobrol				

Flaminol Föhnex		
--------------------	--	--

### Äussere Anwendung (Crèmen, Salben etc.):

Alpha-Kadol  
Dexhiamine-Phenylbutazon  
Butadilat  
Flamilon  
Butadion  
Butagros R Repostan  
Butaparin Risunal  
Butaphen  
Butazolidin  
Tanderil  
Thermocutan  
Cerudol Tomanol

### Ohrtropfen:

Otalgan  
Otesin  
Otipax  
Otosan  
Otothricinol

**Patienten mit Salicylsäure Überempfindlichkeit sollten folgende Stoffe meiden:**  
**Acetylsalicylhaltige Präparate:**

A Actron Alcacyl Alca-C Algisan Algoil Algo-Nevriton Alka-Seltzer Apo-Taps  
 Arthralgyl Asasantin Asiphenin Aspégic Aspirin F Aspro Assan  
 C Calonat Catalgix Codacétyl Colfarit Contra-Schmerz Contradol  
 D Dolviran Duvium  
 E Elestol Eu-Med „A“  
 F Femidol Fenerodin Fortalidon Fortacy  
 I Ircophen Iromin  
 L Ladinex Lyman  
 M Malex Matalgan  
 N Neo-Salicyl  
 P Palaprim forte Parametten Phenopyrin Prontalun Prontopyrin  
 R Rhonal Rumatral  
 S Salitin Silentan Stellacyl  
 T Thomapyrin N Togonal Treo (-Comp.) Treuphalin Treupel Triplex  
 U Usalgin

Salicylamidehaltige Präparate:

Brosolin Ring-Tabl.  
 Escogripp Solco 7  
 Prednicyl

Patienten, welche ASS nicht vertragen, sind häufig gleichzeitig auch auf andere Medikamente überempfindlich (intolerant), deshalb sollten Sie folgende Medikamentengruppen meiden:

Indocid (=Indomethacin)  
 Pyrazolon-Präparate (z.B. Pyramidon und Novalgin)  
 Anitirheumatica wie z.B. Brufen, Voltaren und Biarison

## Ersatz-Medikamente bei Aspirin- und Pyrazolon-Intoleranz

### 1. Analgetika allgemein (Schmerzmittel)

Panadol, Tylenol  
Dolprone 500 (Paracetamol = Acetaminophen)  
Depronol retard (Dextropropoxyphen)  
Distalgesic (Dextropropoxyphen & Paracetamol)  
Fortalgesic (Pentazocin)  
Acupan (Nefopam)

### 2. Bei Erkältungen, Schnupfen, Grippe

Co-Tylenol (Paracetamol & Carbinoxamin & Phenylephrin)  
Ben-u-ron (Paracetamol, nur Kindersuppos)  
Troc (Aethoxybenzamid, Codein, Coffein, Diphenhydramin)

### 3. Antirheumatika/Muskelschmerzen

Norflex (Orphenadrin)  
Parafon (Paracetamol & Chlorzoxazon = Muskelrelaxans)  
Trancopal compositum (Paracetamol & Chlormezanon)  
Norgesic (Orphenadrin & Paracetamol)

### 4. Starke Schmerzmittel

Morphin- und synthetische Präparate, Opiate können, wenn notwendig, vom Arzt verschrieben werden.

### 5. Antirheumatika

Mit Rheumamitteln ist Vorsicht am Platze. Ein sicher gut verträgliches Rheumamittel kann bei Patienten mit ASS-Intoleranz nicht angegeben werden.