




ΑΛΛΕΡΓΙΑ ΣΤΟΝ ΣΠΟΡΟ ΤΟΥ ΣΟΥΣΑΜΙΟΥ



ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ
ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΠΑΙΔΙΟΥ

Η αλλεργία στο σουσάμι
είναι σε αύξηση τα
τελευταία χρόνια, πιθανόν
λόγω της αυξανόμενης
χρήσης του στη μαγειρική
και τη διακόσμηση
φαγητών.

Συνήθως συνοδεύεται από
αλλεργία στους ξηρούς
καρπούς, αλλά όχι σε
άλλους σπόρους π.χ
γλυκάνισο.



- Οι αναφυλακτικές αντιδράσεις από το σουσάμι είναι συνήθως ήπιες.
 - Αυτό δε σημαίνει ότι δεν μπορούν να προκαλέσουν σοβαρότερες αντιδράσεις.
- Γι'αυτό θα πρέπει να αποφεύγεται εντελώς σε περίπτωση αποδεδειγμένης αλλεργίας.



ΤΟ ΣΟΥΣΑΜΙ ΠΕΡΙΕΧΕΤΑΙ ΣΕ:

Ταχίνι

Χούμους

Χαλβά

ΤΟ ΣΟΥΣΑΜΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΡΥΒΕΤΑΙ ΣΕ:

- Ψωμάκια στρογγυλά σαντουιτς
- Κριτσίνια
- Burgers
- Κράκερς
- Κινέζικα, Ταϊλανδέζικα, Ιαπωνικά φαγητά και πιάτα από Μ. Ανατολή
- Έτοιμες σαλάτες

ΝΑ ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΠΑΝΤΑ ΤΙΣ ΕΤΙΚΕΤΕΣ

Από την ΕΕ και από σχετική νομοθεσία του 2005, όλες οι εταιρείες παραγωγής συσκευασμένων τροφίμων είναι υποχρεωμένες να αναφέρουν στην ετικέτα όλα τα συστατικά που περιέχονται.



Υπάρχει πιθανότητα στο ψωμί που αγοράζετε από τον φούρνο να έχει μπει στο ζυμάρι σουσάμι κατά λάθος, κατά την παρασκευή του στην επιφάνεια εργασίας.

ΣΗΣΑΜΕΛΑΙΟ

SESAMUM INDICUM



Ορισμένοι ασθενείς μπορεί να αντιδρούν και στο λάδι από σουσάμι που χρησιμοποιείται κατά κόρον στην Ασιατική κουζίνα.

Το σησαμέλαιο χρησιμοποιείται ενίοτε και στη βιομηχανία παραγωγής καλλυντικών και φαρμάκων.

