

Pressemitteilung

Starnberg, 12. Februar 2026

Allergie oder Unverträglichkeit – was im Kindesalter den Unterschied macht

Nahrungsmittelallergien und Unverträglichkeiten bei Kindern verstehen – und sicher unterscheiden – Vortrag im Klinikum Starnberg

Starnberg | Ein Stück Apfel, ein Schluck Fruchtsaft, ein Joghurt am Morgen oder Nudeln zum Mittagessen: Was für die meisten Kinder selbstverständlich ist, kann bei anderen Beschwerden auslösen. Bauchschmerzen, Hautreaktionen, Durchfall oder Übelkeit verunsichern viele Eltern. Schnell steht ein Begriff im Raum: Allergie. Doch nicht jede Reaktion auf ein Lebensmittel ist eine – und genau darin liegt die Schwierigkeit.

Im Rahmen der medizinischen Vortragsreihe der Starnberger Kliniken greifen PD Dr. med. Susanne Jonat, Kinderärztin und Gastroenterologin, und Dr. med. univ. Florian Epple, Kinderarzt und Allergologe, ein Thema auf, das viele Familien beschäftigt. Es ist komplex, oft missverstanden – und im Alltag hoch relevant: Nahrungsmittelallergien und Unverträglichkeiten im Kindesalter.

Ähnliche Symptome, unterschiedliche Ursachen

„Allergien und Unverträglichkeiten können sich sehr ähnlich äußern – haben aber grundlegend unterschiedliche Ursachen“, erklärt PD Dr. Jonat. Während bei einer Allergie das Immunsystem fehlgeleitet auf eigentlich harmlose Bestandteile von Lebensmitteln reagiert, beruhen Unverträglichkeiten meist auf Störungen der Verdauung oder der Nährstoffaufnahme. „Allein anhand der Symptome lässt sich das oft nicht sicher unterscheiden“, sagt die Kinderärztin.

Warum Tests allein nicht ausreichen

Gerade diese Überschneidungen machen eine verlässliche Einordnung schwierig – und sind ein häufiger Grund für Unsicherheit. Dr. Epple betont deshalb die Bedeutung einer sorgfältigen, strukturierten Diagnostik: „Tests können wichtige Hinweise liefern, sagen für sich allein aber wenig aus. Entscheidend ist das Zusammenspiel aus Gespräch, zeitlichem Verlauf der Beschwerden und medizinischer Abklärung.“ Pauschale Tests

**Starnberger
Kliniken GmbH**

Oßwaldstraße 1
82319 Starnberg
T +49 8151 18-0
F +49 8151 18-2222
www.starnberger-kliniken.de

Vorsitzender der Geschäftsführung
Dr. Thomas Weiler

Geschäftsführer
Harald Becker

Pressekontakt
Christian Andrae
Pressereferent
Unternehmenskommunikation
T +49 8151 18-1404
christian.andrae@starnberger-kliniken.de

Gesellschaft
Starnberger Kliniken GmbH
Amtsgericht München
HR-B 235409



oder Selbstdiagnosen aus dem Internet hingegen führten häufig zu falschen Schlussfolgerungen – und nicht selten zu unnötigen Einschränkungen.

Vorsicht vor unnötigen Diäten

Denn gerade bei Kindern ist Zurückhaltung geboten. Das Immunsystem befindet sich noch in der Entwicklung, viele Reaktionen sind vorübergehend. Unnötige Ausschlussdiäten können die Ernährung einseitig machen, die Lebensqualität beeinträchtigen und sogar die natürliche Toleranzentwicklung behindern. „Unser Ziel ist es, echte Allergien sicher zu erkennen“, sagt Dr. Eppe, „und gleichzeitig zu vermeiden, dass Kinder mehr meiden müssen, als medizinisch notwendig ist.“

Orientierung statt Verunsicherung

Der Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über die Unterschiede zwischen Allergien und Unverträglichkeiten, zeigt typische Warnsignale auf und erläutert moderne diagnostische Wege. Ebenso geht es um den sinnvollen Umgang mit bestätigten Befunden im Alltag – immer mit Blick auf das, was Kindern langfristig guttut.

Vortrag: „Nahrungsmittelallergien und Unverträglichkeiten bei Kindern“

Wann: Donnerstag, 26. Februar 2026, 19 Uhr

Wo: Casino am Klinikum Starnberg an der Oßwaldstraße

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Begleitmaterial

- Fotos und Bildunterschrift: PD Dr. med. Susanne Jonat, Kinderärztin und Gastroenterologin, und Dr. med. univ. Florian Eppe, Kinderarzt und Allergologe

Die Holding Starnberger Kliniken GmbH vereint die Unternehmenstöchter Klinikum Starnberg, Klinikum Penzberg, Klinikum Seefeld, Klinikum Herrsching | Schindlbeck und die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Außenstelle Wolfratshausen unter einem Dach. Vorsitzender der Geschäftsführung ist Dr. Thomas Weiler, Geschäftsführer ist Harald Becker, Alleingesellschafter der Landkreis Starnberg. Ebenfalls zusammengeführt unter der Dachmarke „Starnberger Kliniken“ sind die Residence, die Berufsfachschulen für Pflege und für Krankenpflegehilfe, das Schulungszentrum für Notfallmedizin und Simulation sowie die Medizinischen Versorgungszentren Herrsching, Penzberg und Starnberg.

