

PASIENTINFORMASJON - URTICARIADIETT

Urticariadiett kan forsøkes ved kronisk urticaria, hvor fødemiddelallergi/intoleranse mistenkes.

TILLATTE FØDEMIDLER	FORBUDTE FØDEMIDLER
Hvitt brød, rugbrød uten konserveringsmidler.	Alt annet brød, kaker, kjeks, knekkebrød. Havregryn. Soyamel.
Kokte og bakte poteter. Ris.	Alle andre former for poteter. Belgfrukter. Alle grønnsaker. Frukt. Nøtter. Frø.
Ferskt eller frosset kjøtt. Fjærkre. Vilt.	Egg. Alle former for ferdiglaget middags- og påleggsvarer. Hermetiske varer. Røkt og saltet kjøtt. Skalldyr.
Hel-lett- og skummet melk Naturell yoghurt. Fløte.	Alle andre former for melkeprodukter. Ost. Dressinger. Majones. Salater.
Vann. Te.	Appelsin- fruktjuice. Brus. Kaffe. Vin, øl og annen alkohol.
Salt. Sukker.	Urtesalt. Alle krydder. Drops. Sjokolade.

Fødemidler som inneholder fargestoffer (tartrazin-E102, sunset yellow-E110, amarant-E123, azorubin-E122, erytrosin-E127, ponceau 4R-E124, rubinpigment-E180, annatoekstrakt-E106b) og konserveringsmidler (benzosyre-E210, benzoater-E211-12-13) bør utelates.

Dersom en slik diett er effektiv, kan de "forbudte" fødemidler gradvis forsøkes - kun 1 om gangen.

Alternativt til denne dietten kan man gjennomføre en mer restriktiv diett de første dager.