

# Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

## **Facharzt für Dermatologie**

Allergologie, Venenleiden, ambulante Operationen, Laserbehandlungen, ambulante Bädertherapie, Röntgenweichstrahltherapie, onkologisch verantwortlicher Arzt

## Merkblatt:

Ernährungsvorschläge  
bei Nesselsucht (Urtikaria)

## Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

Sprechzeiten (nach Vereinbarung):

Mo: 8.00 -17.00 Uhr

Di: 10.30 - 18.30 Uhr

Mi: 8.00 - 13.00

Do: 10.00 - 13.00 und 14.00 - 19.00 Uhr

Fr: 8.00 - 14.00 Uhr

Dr. Ulrich Speer

Georgstrasse 15

88214 Ravensburg

Fon 07 51-35 44 53-0

Fax 07 51-35 44 53-2

[www.hautarzt-rv.de](http://www.hautarzt-rv.de)

[info@hautarzt-rv.de](mailto:info@hautarzt-rv.de)

## **Merkblatt:**

### **Ernährungsvorschläge bei Nesselsucht (Urtikaria)**

Sehr geehrter Patientin,  
sehr geehrter Patient,

Ihr Hautarzt hat ei Ihnen eine Nessel-  
sucht-Urtikaria diagnostiziert. Um einer  
möglichen Nahrungsmittelallergie auf die  
Spur zu kommen, sowie zu Beginn der  
Behandlung eine Reizfreiheit über den  
Darm herzustellen, empfehlen wir Ihnen  
für die ersten 5 Tage Allergiediät 1,  
anschließend Allergiediät 2 einzuhalten.  
Das weitere Vorgehen und auch die weitere  
Diagnostik Ihrer Erkrankung wird durch  
Ihren Hautarzt bestimmt.

Wir bitten um Ihr Vertrauen

Ihr Praxisteam Dr. Speer

## **Allergie-Diät 1** (=Allergenfrei)

Erlaubte Nahrungsmittel:

- Reis\*
- Kartoffel\*
- Salz
- Zucker
- Mineralwasser

\* Bei Verdacht auf Allergie gegen Kartoffel  
oder Reis ggf. Wechsel mit anderen  
Grundnahrungsmitteln!

## **Allergie-Diät 2** (=Allergenarm)

Erlaubte Nahrungsmittel:

- Reis
- Kartoffel
- Rindfleisch
- Lammfleisch
- Zucchini
- Chinakohl
- Salz
- Zucker
- Diät-Speiseöl (frei von Zusatzstoffen)
- Schwarztee (nichtaromatisiert)
- Mineralwasser

(Bei längerem Einsatz Kalzium- und  
Vitaminsubstitution)