



Fæðuofnæmi er íþyngjandi sjúkdómur sem hrjáir rúmlega þrjú prósent ungra barna og eitt til tvö prósent fullorðinna. Einkenni fæðuofnæmis geta verið alvarleg og jafnvel lífshættuleg. Því eru þeir sem hafa fæðuofnæmi viðbúinir því versta og hafa ávallt með sér adrenalín sprautu til notkunar í bráðu ofnæmiskasti. Óttinn við að fá brátt ofnæmiskast skerðir verulega lífsgæði þeirra sem hafa fæðuofnæmi og hefur einnig áhrif á fjölskyldu þeirra. Fólk með fæðuofnæmi þarf stöðugt að gæta þess að ekki leynist ofnæmisvaldur í matnum sem það borðar. Því getur það verið áhyggjuefni að fara á veitingastaði eða í veislur. Eitt af því sem einnig hefur valdið áhyggjum og sérlega hjá þeim sem hafa hnetuofnæmi er að ferðast í flugi. Í rannsókn meðal tæplega fimm þúsund einstaklinga með fæðuofnæmi sögðust 98% þeirra hafa kvíða fyrir flugi vegna ofnæmis síns. Í flugi eru þröngar aðstæður og læknishjálp víðsfjarri ef eitthvað kemur upp á.

Rannsóknir á undanförunum árum hafa sýnt að áhættan á alvarlegu bráðu ofnæmiskasti í flugi er verulega lítil og einnig ólíkleg vegna neyslu annarra flugfarþega á hnetum í sama flugi. Í tveimur nýlegum yfirlits rannsóknum sem spanna birtar vísindagreinar frá 1945-2022 var metið að ofnæmisviðbrögð séu 0.64-0.7 á hverja milljón flugfarþega. Alvarleiki ofnæmiseinkenna var ekki sérstaklega tiltekinn. Ekki hefur orðið nein aukning á ofnæmisatvikum í flugi síðustu 20 árin. Höfundar töldu að það væri 10-100 sinnum meiri líkur á því að fá ofnæmiskast á jörðu niðri en í flugi. Í einni rannsókn sem tók til fimm stórra flugfélaga sem fluttu um 744 milljón flugfarþega á tímabilinu 2008-2010 urðu tæplega 12.000 heilsufarsatvik í flugi og þar af 265 ofnæmisatvik (2%). Átta farþegar með

ofnæmiseinkenni lögðust inn á spítala en enginn lést. Hafa þeir það í huga að í mörgum tilfellum sem brátt ofnæmisatvik verður í flugi er það vegna fæðu sem keypt var á flugvælinum eða í flugvélinni sem átti að vera án ofnæmisvalds en það var ekki raunin.

Almenna reglan er sú að það þarf að borða ofnæmisvaldinn til að fá ofnæmiseinkenni. Þetta á þó ekki við þegar sjávarfang, egg og mjólk er soðinn. Ofnæmi fyrir loftbornum hnetuofnæmisvöldum í flugvél frá öðrum flugfarþegum er afar ólíkleg. Fyrir því liggja ýmsar ástæður. Rannsóknir hafa verið gerðar um hve mikið er af hnetupróteinum í loftinu í kringum skál af hnetum eða þegar hnetur eru opnaðar. Magnið er mjög lítið og langt undir þeim mörkum sem þarf til þess að valda ofnæmiseinkennum hjá þeim sem hafa ofnæmi. Sameindir sem gefa lykt af hnetum eru ekki ofnæmisvaldar sem getur valdið misskilningi. Lofthreinsikerfi nútíma flugvéla vinnur þvert á farþegarýmið en ekki eftir endilangri flugvélinni og því verður dreifing á lofti ekki um alla vél. Þar að auki eru ör loftskipti í farþegarýminu þar sem loftið fer um hreinsibúnað sem síar út alls konar óhreinindi og agnir þar með talið loftbornar fæðuagnir séu þær til staðar. Áhættan er meira í því fólginn hver sat í sætinu í fyrra flugi. Sá kann að hafa borðað hnetur en þær innihalda mikla fitu (jarðhnetur 50% fita) sem getur smitast á fleti og borist á þann sem á eftir kemur og valdið ofnæmiseinkennum hjá þeim. Því er mikilvægt fyrir þann sem er með hnetuofnæmi að þrifa vel með blautþurrku sætið sitt, armstoðir, borð fyrir framan og afþreyingarskjá um leið og komið er inn í flugvélinu. Einnig er mikilvægt þegar ferðast er, að hafa meðferðis tvær adrenalín sprautur því það