

## Allergen: Nickel

### **20 Prozent aller Menschen sind betroffen.**

Nickel ist eines der Metalle, auf das sehr viele Menschen allergisch reagieren. Manche Schätzungen gehen davon aus, dass ein Fünftel aller Menschen überempfindlich auf Nickel reagieren. In den meisten Fällen werden diese allergischen Reaktionen durch nickelhaltigen Schmuck, z. B. Ohrstecker oder [Piercing](#), Clips, Ringe oder Halsketten ausgelöst.

### **Sensibilisierung häufig schon im Kindesalter.**

Häufig findet eine Sensibilisierung, insbesondere von Mädchen, schon im Kindesalter statt. Kleine Mädchen werden oft mit Halskette oder Ohrsteckern geschmückt. Die junge Haut ist besonders empfindlich. Schwitzen begünstigt die Entstehung einer Allergie. Häufiges Waschen ist kein Schutz. Es reizt die Haut zusätzlich und macht sie noch empfänglicher. Schon geringe Nickelfreisetzung können bei sensibilisierten Menschen eine Nickelallergie aufrecht erhalten. Nicht immer sind nur die Kontaktstellen von einem [Ekzem](#) betroffen. Eine Nickelallergie ist eine Allergie des [Typs 4](#). Die Nickelsalze lagern sich an körpereigene Zellen an und lösen eine Abwehrreaktion der T-Lymphozyten aus.

### **Nickel ist überall zu finden.**

Nickel ist nahezu überall im Alltag zu finden. Nicht nur in Schmuck, auch in Brillengestellen, Armbanduhren, Verschlüssen von Kleidern, Reißverschlüssen, Küchengeräte, Bestecke, Kochtöpfe, Schuhe, Haken, Schnallen, Puderdosen, Schlüsseln, Türklinken, Scheren ist Nickel enthalten. Die Liste ließe sich noch lange fortsetzen. Sogar in Silber und Weißgold kann in der Legierung bis zu 20 Prozent Nickel enthalten sein. In Silbermünzen ist ebenfalls Nickel enthalten. Kassiererinnen mit einer Nickelallergie haben durch den ständigen Kontakt mit Münzen daher oft Probleme.

### **Vorsicht bei Schmucketiketten.**

Etiketten an Schmuck mit dem Hinweis "Oberfläche nickelfrei" sind mit Vorsicht zu genießen. Meistens sind diese Schmuckstücke nur mit einem durchsichtigen Lack überzogen. Der hält aber nicht ewig. Wird die Oberfläche rissig, kann sie Nickelionen durchlassen.

### **Nickel kommt auch in Nahrungsmitteln vor.**

Nickel und Nickelsalze sind auch in vielen Nahrungsmitteln enthalten. So können Menschen mit einer bereits bestehenden Nickelallergie auf bestimmte Nahrungsmittel empfindlich reagieren. In verschiedenen Konzentrationen befindet sich Nickel in Bohnen, Erdnüssen, Haselnüssen, Kakao, Sonnenblumenkernen, und Lakritze. Die Konzentration hängt von der Bodenqualität im Anbaugebiet ab. Außerdem können säurehaltige Speisen und saure Gemüse Nickel aus einem Edelstahltopf freisetzen.