

Matvarer du bør unngå vaksinedagen

Kryssallergi betyr at den som er allergisk mot pollen eller husstøvmidd også kan reagere på forskjellige matvarer, og disse bør du unngå vaksinedagen for å redusere risikoen for alvorlige bivirkninger.

Her er en liste over matvarer du bør unngå vaksinedagen:

- Rå gulrøtter
- Nøtter (hasselnøtt, paranøtt, valnøtt, peanøtt)
- Eple
- Pære
- Steinfrukter (fersken, nektarin, kirsebær, moreller, plomme, aprikos, mandel, mango)
- Belgfrukter (bønner, erter, linser)
- Kiwi
- Jordbær
- Tomat og tomatholdige matvarer
- Soyaprotein (soyasaus, soyaolje)
- Sjokolade