



Kinderarts Stijntje van Dam: 'Door eczeem te behandelen kun je voedselallergie voorkomen'

Foto: Janine Hoekstein

### Dit krijg je ervan!

Voedselallergie kan over het hele lichaam reacties geven. Dit zijn de meest voorkomende:

- **Huid:** roodheid, jeuk, galbulten, eczeem.
- **Ogen:** jeuk, roodheid, tranen, vochtophoping onder de ogen.
- **Gezicht:** vochtophoping (oedeem), zwelling.
- **Mond:** blaasjes op of zwelling van de lippen, tong, keel of verhemelte.
- **Luchtwegen:** verstopte neus, jeuk, loopneus, niezen, vochtophoping rond strottenhoofd, heesheid, hoest, kortademigheid, benauwdheid.
- **Maag/darmen:** misselijkheid, buikpijn, brandend maagzuur, overgeven, diarree of obstipatie.
- **Hart en vaten:** snelle pols, lage bloeddruk, duizeligheid, flauwte, zweten, bewusteloosheid (shock).

## Voedselallergie voorkomen: het kan

**Het zit in koekjes, ijs, sausjes, en nog veel meer etenswaren: kippeneiwit en pinda's. Voedingsstoffen waar veel kinderen allergisch voor zijn. Vier tot zes procent van de Nederlandse kinderen heeft last van een aangetoonde voedselallergie.**

Ze spugen vaker, krijgen diarree, galbulten, hebben soms last van benauwdheid of andere luchtwegklachten. Toch hoeft een kind geen last van voedselallergie te krijgen. Uit onderzoek blijkt dat een pinda- of kippenei-allergie voor een groot deel te voorkomen is, zegt WZA-kinderarts Stijntje van Dam. Hoe? Door baby's al heel jong pindakaas en kippenei te geven. 'Vroegintroductie' heet dat met een mooi woord. "Wanneer je kind eczeem heeft, dan werd vroeger geadviseerd om onder meer pinda's te vermijden", zegt Van Dam. "Terwijl kinderen juist tolerantie kunnen opbouwen door ze het al heel jong wél te geven. Het liefst al als ze vier of vijf maanden zijn."

**Snoep en mayonaise**  
Pindakaas en kippeneiwit: het zijn veel voorkomende allergenen,

voedingsstoffen die een allergische reactie oproepen. "Bij deze twee is het bewezen dat je die allergie kunt voorkomen door een kind het zo jong mogelijk te geven. Er zijn ook andere allergenen getest, maar daarvan is het bewijs dat het helpt minder overtuigend." Het zijn ook de twee stoffen die vrijwel iedereen eet: het zit in ongelooflijk veel voedingsmiddelen verwerkt. Pinda's kunnen bijvoorbeeld zitten in ijs, chocola, zoutjes, soepen en snoep. Kippeneiwit is verstopt in beschuit, mayonaise, pudding en snacks. Dit staat dan op het etiket vermeld.

**Schema**  
De kinderarts adviseert om alle kinderen zo jong mogelijk te laten wennen aan bepaalde voedingsstoffen. "Het liefst al wanneer een kind tussen de vier en acht maanden is." Hoe

jonger de baby is als het voor het eerst pinda's of kippeneiwit krijgt, hoe kleiner de kans is op een allergische reactie. 'Vroegintroductie' bestaat uit zes stappen verdeeld over twee dagen. Op de eerste dag begint het kindje met een halve theelepel groente- of fruithap waar een beetje pindakaas of kippeneiwit aan toegevoegd is, en op de tweede dag eindigt het met vier eetlepels van een dergelijk mengsel. "Als je het schema doorlopen hebt, is het wel belangrijk om door te blijven gaan", adviseert Van Dam. "Geef je kindje in elk geval iedere week wat pindakaas en kippeneiwit."

**Eczeem en voedselallergie**  
Het WZA heeft een allergiepoli waar kinderen met voedselallergie terecht kunnen. Hier ziet kinderarts Van Dam ook kinderen met eczeem. "Wat veel ouders niet weten, is dat kinderen die eerst eczeem hebben daarna vaak voedselallergie krijgen. En niet omgekeerd: dat eczeem ontstaat omdat een kind voedselallergie heeft", legt Van Dam uit. "Het is heel belangrijk om eczeem te behandelen: daarmee kun je voedselallergie voorkomen. Want als er eenmaal een allergie ontwikkelt is, ben je al te laat voor de vroegintroductie." Ouders staan soms huiverig tegenover de behandeling van eczeem, de zogenoemde ontstekingsremmende zalf oftewel hormoonzalf. "Dat begrijp ik", zegt Van Dam, "maar die angst is niet nodig. Als je de zalf goed gebruikt, kan het geen schade veroorzaken, maar het kan wel een goede oplossing zijn. Bij deze jonge kinderen doen we een huidpriktest om in te schatten of de vroegintroductie veilig thuis kan of dat we het hier in het ziekenhuis in een veilige setting doen."



Uw huisarts kan uw kind doorsturen naar de allergiepoli van het WZA

Foto: Sake Elzinga

## De allergiepoli van het WZA

**Kinderen tot 18 jaar die last hebben van hooikoorts, voedselallergie, allergisch astma of eczeem, kunnen terecht op de allergiepoli voor kinderen.**

Uw huisarts kan uw kind doorsturen naar deze allergiepoli. Een kinder- verpleegkundige en de kinderarts onderzoeken uw kind en bespreken met u wat precies de klachten zijn. Dit gebeurt onder meer aan de hand van een vragenlijst. Op grond van de uitkomsten van het gesprek en het onderzoek doet de kinderarts een behandelvoorstel. Zo nodig schakelt die een KNO-arts in of een dermatoloog. Ook kan de kinderarts uw kind bij een voedselallergie doorverwijzen naar een diëtist of, als er sprake is van astma, naar een

longverpleegkundige. De afspraken worden zoveel mogelijk op één dag gepland.

**Kijk ook eens op [wza.nl](http://wza.nl) (zoek naar 'allergie').**

### Let op: eind mei tijdelijk andere hoofdingang!

Het WZA bouwt! We zijn volop bezig met de bouw van een operatiekamer-complex. Volgend jaar moet dat klaar zijn. Tot die tijd kunt u wat overlast ervaren. Zo is op woensdag 26, donderdag 27 en vrijdag 28 mei de hoofdingang van het WZA afgesloten. U kunt deze dagen via de binnentuin het ziekenhuis in gaan. U komt dan uit bij de koffiehoek, tegenover de receptie. Vanaf de parkeerplaats is het iets verder lopen. Met borden staat duidelijk aangegeven waar de tijdelijke ingang is.



### WZA online

-  WilhelminaZiekenhuisAssen
-  WilhelminaZiekenhuis
-  WZA\_Ziekenhuis
-  wilhelmina\_ziekenhuis\_assen

[www.wza.nl](http://www.wza.nl)