

---

## VOEDSEL ALLERGIE

---

Bij voedselallergie is sprake van abnormale reacties op eiwitten uit de voeding, zoals koemelkeiwit, kippe-ei-eiwit en soja-eiwit. Bij een zuigeling is de kans op het ontstaan van een allergie groter doordat het maag/darmkanaal nog onrijp is. De darm werkt dan als een zeef met hier en daar wat grotere gaten. Hierdoor kunnen grotere stukken onverteerd eiwit in het bloed terechtkomen. Meestal kan dit geen kwaad. Bij allergische zuigelingen worden deze eiwitten echter als 'indringers' herkend. Als reactie op deze indringers worden door het afweersysteem antistoffen geproduceerd, die worden ingezet tegen deze indringers. Dit leidt tot allergische reacties.

Problemen als spugen, darmkrampjes, diarree, huilen, eczeem, astma, bronchitis en ontroostbaar huilen kunnen wijzen op een voedselallergie. Zeker als er in de familie allergieën voorkomen, is het goed hierbij stil te staan. Maar bijvoorbeeld spugen kan ook worden veroorzaakt door te snel of te veel drinken en diarree door een eenzijdig (dus ongezond) voedingspatroon. Denk niet te snel aan een allergie, want anders legt u een kind onnodig veel beperkingen op. Heeft uw baby last van een aantal van bovengenoemde kenmerken en weet u zeker dat het niet aan iets anders ligt, ga er dan eens over praten op het consultatiebureau of met de diëtist.

Borstvoeding is de meest natuurlijke voeding voor zuigelingen. In moedermelk zitten immuunstoffen die de baby mogelijk beschermen tegen voedsel (koemelk)allergie. U kunt uw kind daarom ook het beste uitsluitend borstvoeding geven in de eerste zes maanden. In de borstvoeding kunnen sporen koemelkeiwit aanwezig zijn. Zelf koemelkvrije voeding gebruiken tijdens de borstvoedingperiode is dan wenselijk, om alle risico's op de vorming van een koemelkallergie uit te sluiten. Geeft u of kunt u, om welke reden dan ook, geen borstvoeding geven, dan biedt een zuigelingenvoeding op basis van voorverteerd (gehydrolyseerd) wei-eiwit de oplossing. Dat wil zeggen dat er geen hele eiwitten in voorkomen maar dat de eiwitten als het ware in kleine stukjes zijn geknipt. Als deze kleine stukjes eiwit via de darm in het bloed komen, herkent het afweersysteem van uw kind deze stukjes niet als koemelkeiwit. Het lichaam maakt geen antistoffen en zo wordt een allergische reactie voorkomen.

### MEDISCHE ACHTERGROND

Voedselallergie is een immunologisch gemedieerde reactie op een voedingsmiddel. De klinische verschijnselen worden veroorzaakt door reacties tussen geconsumeerde voedselbestanddelen enerzijds en specifieke antistoffen (immunoglobulines) en/of T-lymfocyten anderzijds.

Aan de uiteindelijke verschijnselen gaat een sensibilisatiefase vooraf, waarbij de anti-stoffen worden gevormd, die bij een tweede contact met de allergene voedingssubstantie reageren.

Meestal geldt voor een voedselallergie dat het gaat om een atopische of anafylactische (type I) reactie tegen een eiwit of een eiwithoudend voedingsmiddel. De anti-stof die hierbij de grootste rol speelt, is IgE. Het meest bekende en meest beschreven allergene product is koemelk.

### OORZAKEN VAN VOEDSEL-(KOEMELKEIWIT)ALLERGIE

Nog steeds is niet exact bekend wat de oorzaken van voedselallergie zijn. Men weet wel welke factoren een rol spelen, maar niet exact wat de onderlinge samenhang is.

Genetische factoren: kinderen die geboren worden uit één of twee atopische ouders hebben een grotere kans op het ontwikkelen van een allergie. Waarschijnlijk heeft dit te maken met bepaalde eigenschappen van het immuunsysteem, die worden overgedragen.

Suboptimale eiwitvertering: bij de zuigeling verloopt de eiwitvertering nog niet optimaal. Door een relatief lage activiteit van de eiwitplitsende enzymen en een relatief hoge pH in de maag is het mogelijk dat het eiwit niet goed verteerd wordt en dat grote eiwitmoleculen de darmwand passeren en in het bloed terechtkomen.

Hoge darmpermeabiliteit: het is bekend dat bij de zuigeling de darmwand een grotere doorlaatbaarheid heeft. Hierdoor wordt de kans vergroot dat grote eiwitmoleculen de darmwand kunnen passeren.

Lage concentratie secretair IgA: de lokale afweer in de darm wordt verzorgd door IgA. Het IgA is in staat voedselbestanddelen van een beschermend 'jasje' te voorzien, waardoor de opname van deze bestanddelen voorkomen wordt. Daarnaast voorkomt het IgA dat de rest van het immuunsysteem aangesproken wordt, waardoor de kans op een allergische reactie wordt verminderd.

## **SYMPTOMEN BIJ VOEDSEL-(KOEMELKEIWIT)ALLERGIE**

Bij voedselallergie kunnen zich vele vrij a-specifieke symptomen voordoen. Bij zuigelingen worden symptomen van het maagdarmkanaal en de huid het meest gezien. Deze kunnen zich uiten in de vorm van braken/misselijkheid/spugen, slechte eetlust, diarree en/of obstipatie, luier- en atopische dermatitis en urticaria.

## **HET VOEDINGSBELEID BIJ VOEDSEL-(KOEMELKEIWIT)ALLERGIE**

Als een zuigeling borstvoeding krijgt en reageert op allergenen uit de voeding van de moeder, dan dient de moeder het gebruik van deze allergene voedingsmiddelen te beperken of deze producten uit de voeding weg te laten. Allergene producten zoals melkproducten, citrusfruit, ei, noten en vis.

Geeft de moeder geen borstvoeding en is de zuigeling allergisch voor koemelkeiwit, dan kan er geen zuigelingenvoeding op basis van koemelkeiwit gegeven worden. Een in het verleden veel gebruikt alternatief is een voeding op soja-basis. Echter, 10 - 35% van de zuigelingen met koemelkeiwitallergie wordt ook allergisch voor soja-eiwit. Een allergische reactie leidt tot beschadiging van de dunne darmwand en tot een grotere permeabiliteit. Geeft men nu soja-eiwit, dan kunnen ook de grote moleculen van het soja-eiwit de darmwand passeren en een allergische reactie veroorzaken. Het is daarom beter om, zodra een kind een allergische reactie op koemelkeiwit vertoont, over te gaan op een voeding op eiwit-hydrolysaatbasis (vrije aminozuren en korte keten peptiden). De darmwand kan dan herstellen en de kans op een allergische reactie is minimaal.

Het gebruik van een eiwithydrolysaat sluit echter niet volledig het ontstaan van een allergische reactie uit. Indien een zuigeling tevens allergisch reageert op een eiwithydrolysaat - iets dat zeer sporadisch voorkomt - dan biedt een zuigelingenvoeding op basis van vrije aminozuren uitkomst.