



# Het wordt steeds drukker op de allergieepoli

Onderzoek laat zien dat vroegtijdige toediening van voedingsmiddelen bij kinderen van 4 tot 6 maanden allergieën kan voorkomen. Specialisten houden echter niet altijd deze methode aan en er circuleren nog veel mythes.

**H**et wordt steeds drukker op de allergieepoli. Dat constateert Joyce Emons, kinderarts en allergoloog bij het Erasmus MC in Rotterdam. "Dat kan capaciteitsproblemen gaan geven, er zijn ontzettend veel kinderen met allergieën", vertelt ze. Zes procent van alle kinderen wereldwijd heeft een voedselallergie en het lijkt erop dat dit percentage met de jaren toeneemt [1]. "We zijn

minder vaak ziek, waardoor ons immuunsysteem minder vaak aan het werk hoeft. Daardoor gaat het op de verkeerde dingen reageren. Ik vertel kinderen in het ziekenhuis altijd dat een allergie een foutje is van ons afweersysteem. In plaats van bacteriën en virussen bestrijden, slaat het systeem aan op bijvoorbeeld pinda's of noten. Het lichaam denkt dat er een ongewenste binnendringer is, maar dat klopt niet."

De laatste jaren wordt steeds meer gepraat over vroegtijdige toediening van voedingsmiddelen met allergenen, om op die manier allergieën te voorkomen of minder ernstig te maken. Wetenschappelijke artikelen laten zien dat dit inderdaad werkt [1, 2, 3, 5]. Maar niet alle specialisten passen deze methode toe en de mythe heerst nog steeds dat pinda en ei pas na een jaar moeten worden geïntroduceerd, omdat kinderen anders ernstige klachten zouden kunnen krijgen, aldus Emons.

## Vroegtijdige introductie

Heeft een familielid een bepaalde allergie, dan kan dit ouders angstig maken om (vroegtijdig) bepaalde voedingsmiddelen te geven. Soms wordt het dieet zelfs zo gelimiteerd dat



er tekorten ontstaan in de macro- en micronutriënten [1]. Als een kind klachten ervaart zoals benauwdheid, misselijkheid of diarree, terwijl de oorzaak niet duidelijk is, dan kan dit ouders ook onzeker maken. Soms kiezen ze er dan voor om bepaalde voedingsmiddelen te vermijden [4].

“Maar vermijden is niet goed, weten we tegenwoordig”, zegt Emons. “Je kunt pinda en ei juist beter introduceren bij de eerste hapjes, als het kind een maand of vier is. Vroege introductie voorkomt heftige reacties op latere leeftijd.”

In het werkveld van diëtiste Els van den Heuvel verloopt het ook zo. Van den Heuvel is werkzaam op de kinderallergiepoli van het Gelre ziekenhuis in Apeldoorn. De afdeling werkt samen met het kinderallergiecentrum in Deventer. “We starten rond vier maanden met de gewone groente- en fruithapjes. Is het kind deze gewend, dan doen we er potentiële allergenen zoals pinda of ei doorheen.”

### Allergieën testen

Om erachter te komen of klachten veroorzaakt worden door een allergie stelt een allergoloog gerichte vragen. Indien deze duiden op een mogelijke allergie zal de allergoloog een allergietest uitvoeren, zoals bloedonderzoek of een huidtest. Emons: “Bij een huidtest krijgt een kind een druppel op de onderarm met daarin het te testen allergeen. Door deze druppel ontstaat er soms een bultje. Dat duidt op sensibilisatie, met andere woorden: het lichaam heeft antistoffen aangemaakt. Om vervolgens zeker te weten of het

kind een allergie heeft, doe je een provocatietest. Deze duurt een dagdeel, waarbij in circa zeven stappen met oplopende doseringen wordt bekeken of er een reactie optreedt en wat voor reactie dat dan is. Je weet dan niet

alleen waar het kind allergisch voor is, maar ook na hoeveel van het allergeen er een reactie optreedt. De diëtist kan er daarna mee verder.”

### Multidisciplinaire samenwerking

“Het is vervolgens belangrijk dat ouders serieus worden genomen”, vertelt Van den Heuvel. “Bijvoorbeeld door leraren op school, maar ook door familieleden. Ook zij moeten goed geïnformeerd zijn, zodat er geen gevaarlijke situaties ontstaan.” Een helpende hand daarbij is een allergieschema, waarop staat wat je moet doen als het kind een zwelling krijgt (orale medicatie is voldoende) of wanneer er een anafylactische shock ontstaat (de epi-pen is nodig). Het doorsturen, vaststellen



“  
De adviezen rondom  
allergieën veranderen door  
de jaren heen sterk





▲ Diëtiste Els van den Heuvel



▲ Kinderarts Joyce Emons.

## “ Er is een verandering van mindset nodig bij ouders en verzorgers

ken. “De beschikbare tijd is er beperkt, want er moet veel gebeuren tijdens de afspraak, zoals groeiingen en vaccineren. In onze regio hebben we daarom afgesproken dat ik de kinderen met een mogelijke allergie ook zie, samen met hun ouders, om te praten over bijvoeding en welke stappen ze het beste kunnen nemen.”

### Voor ieder kind een ander advies

“De samenwerking en disciplinaire aanpak is van grote meerwaarde”, vervolgt Van den Heuvel, “maar we moeten wel goed op elkaar zijn afgestemd, anders gaat het mis.” Dat vergt tijd en energie, want de adviezen rondom allergieën veranderen door de jaren heen sterk. Emons: “Het vak is altijd in beweging, dat maakt het interessant en uitdagend. Ouders met meerdere kinderen met een allergie hebben soms bij ieder kind een ander advies gekregen.”

Een goede disciplinaire samenwerking geeft duidelijkheid voor de ouders en een betere omgang met de allergie van een kind. “Er is een verandering van mindset nodig bij ouders en verzorgers, hun vertrouwen moet

groeien”, concludeert Emons. “Dat kan door hen beter en eenduidig te informeren.” ●

### ► Referenties

1. Bayir, G., & Ekingen, S. (2021). Food Allergy in Children. *Bezmialem Science* 9 (3), 373-379. <https://doi.org/10.14235/bas.galenos.2020.4097>
2. Bergkamp, C., & Bruggink, S. (2016). Pinda's vroeg introduceren of vermijden? *Huisarts en wetenschap* 59, 520. <https://doi.org/10.1007/s12445-016-0307-6>
3. Comberiat, P., Costagiola, G., D'Elisio, S. & Peroni, D. (2019). Prevention of Food Allergy: The Significance of Early introduction. *Medicina (Kaunas)* 55(7), 323. <https://doi.org/10.3390/medicina55070323>
4. De Groot, H., & Hondius, G. (2010). *Kinderen en allergie / druk 1*. Inmerc.
5. Du Toit, G., Tsakok, T., Lack, S. & Lack, G. (2016). Prevention of food allergy. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology* 137 (4), 998-1010. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2016.02.005>



en behandelen van allergieën is een multidisciplinair proces, waarbij nog vaak verkeerde conclusies worden getrokken, constateert Emons.

“Helaas stellen medisch specialisten, bijvoorbeeld dermatologen en huisartsen, nog regelmatig de verkeerde diagnose, gevolgd door onjuiste adviezen zoals het vermijden van een bepaald voedingsmiddel. Soms is dat een verkeerd advies, want het kan de allergie juist verergeren of induceren, ook op latere leeftijd. Dat is zonde.”

Ook bij consultatiebureaus is de omgang met allergieën niet optimaal, merkt Van den Heuvel, die samenwerkt met de consultatiebureaus van het CJG in Apeldoorn en omstre-