

## VOEDING EN ECZEEM

Dr. Berber Vlieg – Boerstra, diëtist-onderzoeker



Emma Kinderziekenhuis AMC



Vlieg & Melse diëtisten

Medisch Centrum het Span, Arnhem  
[www.allergie-voeding.nl](http://www.allergie-voeding.nl)

## VOEDING EN ECZEEM

1. Voeding als uitlokkende factor van eczeem
2. Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?
3. Welke voedingsmiddelen?  
Eiwit hydrolysaten
4. Preventie  
Introductie van bijvoeding en sterk allergene voedingsmiddelen
5. Wat kunnen we verder doen met voeding?

## Voeding als uitlokkende factor van eczeem

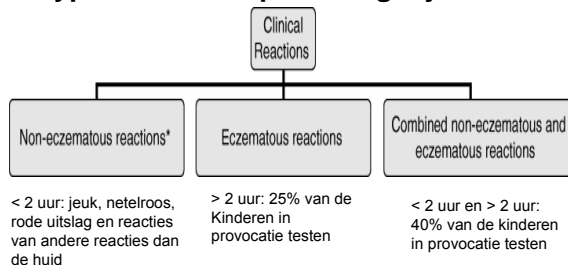
Eczeem is in eerste instantie een chronische ziekte  
Erfelijke factoren kunnen een rol spelen (filaggrin gen)  
Voeding wordt gezien als uitlokkende factor\*

*Werkboek kinderallergologie. Sectie Kinderallergologie NVK 2006*

## Voeding als uitlokkende factor van eczeem

- Ig-E gemedieerde reacties: er is specifiek IgE aantoonbaar in het bloed, bijvoorbeeld tegen, melk, ei, pinda ....enz.  
Bij atopische/allergische mensen
- Niet-IgE gemedieerde reacties: er is geen specifiek IgE aantoonbaar in het bloed.
  - allergie voor melk kan toch een rol spelen
  - allergie voor andere bekende allergenen niet waarschijnlijk
- Niet bewezen, kan in de praktijk soms relevant zijn:  
histamine rijke producten, aromaten/specerijen, alcohol

## Typen reacties op voeding bij eczeem



*Eczematous reactions to food in atopic eczema: Position Paper of the EAACI and GA<sup>2</sup>LEN. Allergy 2007;62:723-8*

## VOEDING EN ECZEEM

1. Oorzaken voeding als uitlokkende factor van eczeem
2. Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?



Verschillen van inzicht

## Wanneer is onderzoek naar voeding bij eczeem zinvol?

Consensus papers:

### 1. Richtlijn Constitutioneel eczeem, CBO 2007

Onderzoek naar voedselallergie door middel van allergologisch onderzoek bij eczeem alleen bij:

- ernstig eczeem dat onvoldoende reageert op lokale steroïden
- Andere symptomen die wijzen op allergie: netelroos, diarree, braken, astmatische reacties, shock, ontroostbaar huilen
- Positieve familie-anamnese: allergie bij ouders of ouder broertje of zusje

## Wanneer is onderzoek naar voeding bij eczeem zinvol?

Consensus papers:

### 2. NHG standaard Constitutioneel eczeem 2007

- Onderzoek naar voedselallergie is alleen zinvol bij kinderen jonger dan 2 jaar, die naast eczeem andere aan inname van voedsel gerelateerde allergische klachten hebben

NB: Bloedonderzoek naar allergie onder de leeftijd van 4 jaar kan dus wel!

## Wanneer is onderzoek naar voeding bij eczeem zinvol?

Consensus papers:

### 3. Europese Position paper over voeding en eczeem:

➤ Ca. 1/3 van alle kinderen met ernstig eczeem reageert op voeding, vooral bij gesensibiliseerde kinderen

- Voedselallergie kan ook bij volwassenen een rol spelen: voedingsmiddelen die kruisreageren met pollen

*Eczematous reactions to food in atopic eczema: Position Paper of the EAACI and GA<sup>2</sup>LEN. Allergy 2007;62:723-8*

## Hoe vaak is bij zuigelingen met eczeem een voedselallergie de uitlokker?

### In minder dan 10% van de gevallen

NB: eerdere studies met hogere percentages allergie (30 – 60%), zijn uitgevoerd in 3e lijns centra voor kinderallergologie

*BMJ 2002;324:1376-9: overzichtsartikel*

## VOEDING EN ECZEEM

### Conclusie:

#### Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?

- Bij wie een relatie tussen inname van voeding en toename van huidreacties of andere allergische klachten wordt vermoed
- Bij ernstig eczeem, niet goed reagerend op lokale corticosteroïden

Een zorgvuldig afgenomen anamnese blijft de leidraad!  
en  
Sensibilisatie betekent nog geen allergie!

## VOEDING EN ECZEEM

1. Voeding als uitlokkende factor van eczeem
2. Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?
3. Welke voedingsmiddelen?  
Eiwit hydrolysaten

## Welke voedingsmiddelen bij jonge kinderen

Vrijwel alle voedselallergieën worden veroorzaakt door slechts enkele voedingsmiddelen:

Melk

Ei

Pinda

Noten

Soms soja, vis of tarwe

Soms vis



Ca. 85% van de allergieën voor melk, ei en soja is verdwenen op leeftijd van 3 jaar

## Welke voedingsmiddelen bij oudere kinderen en volwassenen

Pinda

Noten/zaden

Vis/schaal- en schelpdieren



Producten die kruisreageren met boompollen: appel, hazelnoten

Soms overig fruit



Producten die kruisreageren met graspollen: pinda, tomaten, soms groenten

Producten die kruisreageren met kruidpollen: selderij, koreander, wortel, anijs

If Allergic to:	Risk of Reaction to at Least One:	Risk:
A legume* peanut	Other legumes soybean, lentil, chickpea, lupine	5%
A tree nut walnut	Other tree nuts almond, cashew, hazelnut, pistachio, walnut	37%
A fish* salmon	Other fish cod, haddock, trout, tuna	50%
A shellfish shrimp	Other shellfish lobster, scallop, crab	75%
A grain* wheat	Other grains barley, rye	20%
Cow's milk* milk	Beef hamburger	10%
Cow's milk* milk	Goat's milk milk	92%
Cow's milk* milk	Mare's milk horse	4%
Pollen* birch	Fruits/vegetables apple, kiwi, kiwifruit, raspberry, strawberry	55%
Peach* peach	Other Rosaceae apple, cherry, plum, strawberry	52%
Melon* cantaloupe	Other fruits cantaloupe, banana, kiwifruit, kiwifruit	92%
Latex* latex glove	Fruits apple, kiwifruit, kiwifruit, kiwifruit	35%
Fruits banana	Latex latex glove	11%

Kans op reacties op verwante voedingsmiddelen

*Sicherer H. JACI 2001:108 (6) 881-889*

## JUISTE KEUZE HYDROLYSAAT BIJ BEHANDELING KOEMELKALLERGIE

WEI HYDROLYSAAT



CASEÏNE HYDROLYSAAT



VRIJE AMINOZUREN



## VOEDING EN ECZEEM

1. Voeding als uitlokkende factor van eczeem
2. Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?
3. Welke voedingsmiddelen?  
Eiwit hydrolysaten
4. Preventie  
Introductie van bijvoeding en sterk allergene voedingsmiddelen

## Preventie

Kunnen we allergische ziekten, zoals eczeem voorkomen door bepaalde voedingsmiddelen te mijden?

Lange tijd heeft men aangenomen dat een uitgestelde introductie van vaste voeding de ontwikkeling van allergie kon voorkomen

•Maar ... Dat blijkt niet waar te zijn

Geen bewijs dat eliminatiedieet tijdens zwangerschap en borstvoeding zinvol is ter voorkoming van allergische ziekten

**NB:** Als de baby lijkt te reageren op borstvoeding is Eliminatie dieet door de moeder wel zinvol:

Begeleiding diëtiste èn suppletie van o.a. Calcium en vit. D is nodig!

### Introductie van vaste voeding

Geen bewijs dat uitgestelde introductie van vaste voeding allergie voorkomt bij het jonge kind!

Uitstellen van de introductie van vaste voeding kan mogelijk allergie in de hand werken

**Advies:**  
bijvoeding vanaf ca 6 maanden, eventueel vanaf 4 maanden

### Verandering in ons denken over preventie

Elimineren is niet zinvol gebleken t.a.v. preventie.

Vroege blootstelling aan (allergene) voedingsmiddelen is mogelijk juist gunstiger, mits juist getimed, wellicht onder begeleiding van borstvoeding

### Verdere nadelen te lang uitstellen vaste voeding

- Achterblijvende ontwikkeling mondmotoriek – Logopedie!
- Slechte smaakontwikkeling
- Voedselaversie/angst/Angst voor vaste voeding
- Symptomen volledig toegeschreven aan geïntroduceerd voedsel
- Tekorten: vooral ijzer en voedingsvezel
  
- Dus: het doormaken van infecties, fluctuaties van eczeem en het doorkomen van tanden enz. mag de introductie van vaste voeding niet blijvend vertragen

En hoe zit het dan met de introductie van sterk allergene producten zoals melk, ei en pinda?

Geen bewijs voor preventief effect van sterk allergene voedingsmiddelen na de leeftijd van 4-6 maanden

Dus: introductie van sterk allergene voedingsmiddelen zoals melk, ei en pinda, kan vanaf de leeftijd van 6 maanden.

Israel: gebruik van pinda snack door kinderen en weinig pinda-allergie



**Kunnen alle sterk allergene producten zoals melk, ei en pinda dan zonder risico geïntroduceerd worden?**

70% van de kinderen met pinda-allergie reageert bij de 1e Inname





*Sicherer et al, Pediatrics, 1998*

Thuis introductie kan wegens de kans op ernstige reacties niet wenselijk zijn.

Maar: wie heeft een verhoogd risico op ernstige reacties?

- Anafylactische reactie in het verleden
- Diagnose astma
- Aard voedingsmiddel: pinda of noot
- ernstig eczeem/ernstige rhinitis
- Leeftijd ouder dan 6 jaar
- Gereageerd hebben op geringe hoeveelheden
- Langdurige eliminatie van een voedingsmiddel

**Uitlokkende doses bij pinda provocaties in het UMCU, MCA en UMCG**

Dose	Mg peanut	Cumulative	Mg peanut	Number of children
3	48	66	 = 1/10 kernel	3
4	241	307	 = 1/2 kernel	4
5	1206	1513	 = 2 1/2 kernels	5
6	6035	7548	 = 15 kernels	4

**Conclusie introductie sterk allergene voedingsmiddelen**

- Zorgvuldige afweging: provocatie of thuis-introductie bij kinderen met sterk verhoogd risico van allergische symptomen
- Ernstige reacties zijn moeilijk te voorspellen

**Voorbeeld thuisintroductie schema's**



*B.J. Vlieg-Boerstra et al. Allergy 2008*

**VOEDING EN ECZEEM**

1. Voeding als uitlokkende factor van eczeem
2. Bij welke mensen met eczeem kan voeding een rol spelen?
3. Welke voedingsmiddelen?  
Eiwit hydrolysaten
4. Preventie  
Introductie van bijvoeding en sterk allergene voedingsmiddelen
5. Wat kunnen we verder doen met voeding?

### Wat kunnen we verder doen met voeding (mogelijk zinvol)

- Niet alleen accent op elimineren
- Gebruik van "immuunversterkende voeding":
  - Hoge nutriëntendichtheid/zeer laag in suikers:  
o.a.: vers fruit, groente, volkoren granen
  - Rijk aan omega 3 (visvetten, noten) en omega 6 vetzuren (oliesoorten, zaden); arm in verzadigde vetzuren (o.a. vlees en kant-en-klaar producten)
  - Mogelijk gunstig effect van probiotische zuivel, zoals Vivit en Yakult
  - Mogelijk gunstig effect van prebiotica (Immunofortis)
- Goede darmfunctie

### Wat kunnen we verder doen met voeding (mogelijk zinvol)

Eventueel beperking van triggers bij vermoeden van Intoleranties/ (niet bewezen):

➤ Biogene aminen (slechts enkele producten!)



➤ aromaten: specerijen, vanille, kaneel, kruiden thee

➤ additieven?? – Een goede voeding bevat weinig additieven!

### Tenslotte

- Een dieet heeft alleen zin als het duidelijk resultaat heeft!
- Blijf eten wat u of uw kind kan eten zonder klachten, ondanks eventuele (positieve) test uitslagen