

Eerste hulp bij
Anafylaxie

0.1 mg auto-injector

Werkgroep
Anafylaxie

Anafylaxie

Een levensbedreigende allergische reactie op voeding

Stichting
VoedselAllergie



Patiëntenorganisatie voor
voedselallergie en voedselintolerantie

Inleiding

Deze brochure geeft informatie over Anafylaxie. Dit is een zeer ernstige en levensbedreigende reactie die men, onder andere, kan krijgen na het eten van bepaalde voedingsmiddelen.

De brochure is bedoeld voor volwassenen of ouders van kinderen die al een anafylactische reactie hebben doorgemaakt. Daarnaast is de brochure ook bedoeld voor volwassenen of ouders van kinderen die mogelijk zo'n reactie zouden kunnen krijgen.

De brochure is geschreven door de werkgroep Anafylaxie van de Stichting VoedselAllergie in samenwerking met de (medische) adviseurs van de werkgroep.

De Stichting VoedselAllergie is een patiëntenorganisatie. Zij geeft onder andere voorlichting over voedselovergevoeligheid. De Stichting geeft verschillende brochures uit over onderwerpen die te maken hebben met voedselovergevoeligheid. Voor meer informatie kunt u telefonisch contact opnemen of de website bezoeken www.stichtingvoedselallergie.nl.

Wat is anafylaxie?

Een anafylactische reactie is een levensbedreigende allergische reactie van het gehele lichaam, bijvoorbeeld na het eten van bepaalde voedingsmiddelen. Een anafylactische reactie kan ook optreden na een insectenbeet, na het innemen van bepaalde medicijnen of na het in contact komen met latex.

Wie loopt kans om anafylactisch te reageren?

Mensen die het vermogen hebben allergisch te kunnen reageren en mensen die al eerder een ernstige reactie op voeding hebben meegemaakt.

Wat zijn de symptomen?

Een anafylactische reactie kan beginnen met een onbestemd gevoel en bijvoorbeeld huidreacties als jeuk, galbulten, roodheid en zwelling van handen, lippen, gezicht en oogleden. Vaak treden er ook maagdarmlaatsen zoals buikkramp, misselijkheid, braken en diarree op. Levensbedreigend worden de reacties als de luchtwegen, het hart en/of vaatstelsel mee gaan doen in de vorm van zwellingen van tong en/of keel, blauwe lippen, moeilijke ademhaling, moeizaam spreken, hese stem, aanhoudend hoesten, een daling van de bloeddruk en uiteindelijk bewusteloosheid. Er is dan sprake van een anafylactische shock. Gelukkig komt dit laatste zelden voor.

Of en in welke volgorde deze symptomen voorkomen, verschilt per persoon. Niet al deze symptomen komen altijd voor.

De tijd tussen het nuttigen van voedsel en de reactie varieert, maar meestal treden de eerste symptomen binnen een paar minuten op. Bovendien geldt als regel: hoe sneller de reactie optreedt, des te ernstiger is in het algemeen het verloop.

Diagnose

De diagnose wordt na het doormaken van een ernstige allergische reactie gesteld door een arts. Ter bevestiging van de diagnose of om achter de oorzaak te komen, kan een bloedtest gedaan worden.

Ook kan het zijn dat een arts op grond van (bloed)onderzoek mogelijk een anafylactische reactie verwacht.

Op welke voedingsmiddelen kan men anafylactisch reageren?

De voedingsmiddelen waarbij anafylaxie het meest voorkomt zijn pinda's, noten, zaden, vis, schaal- en schelpdieren, eieren en bepaalde exotische vruchten zoals kiwi. Bij jonge kinderen kan op koemelk een anafylactische reactie voorkomen. Bij volwassenen is dit zeldzaam.

Mensen met een latexallergie kunnen na het eten van bijvoorbeeld kiwi of banaan een anafylactische reactie krijgen. Dit komt door de zogenaamde kruisreactie. De eiwitten van de banaan en de kiwi lijken zo sterk op de eiwitten in latex dat het lichaam zich kan vergissen en toch reageert.

Behandeling

◆ DIEET

Om een anafylactische reactie te voorkomen moet de stof die de reactie kan veroorzaken helemaal vermeden worden. Het is daarom erg belangrijk om te weten op welke soorten voedsel een anafylactische reactie volgt. Zelfs het kleinste spoortje kan een heftige reactie geven. Dat is lastig omdat sporen kunnen voorkomen in voedingsmiddelen waarin men deze niet zou verwachten. Zo kan een bouillonblokje pinda bevatten en kan er koemelk in waterijs zitten. Het inschakelen van een diëtist is daarom sterk aan te raden. Een hulpmiddel bij het volgen van het dieet is een merkartikelenlijst. Het Voedingscentrum stelt op aanvraag van een diëtist een lijst samen met voedingsmiddelen die vrij zijn van de opgegeven stoffen. Houd deze informatie actueel.

◆ MEDICATIE

Een arts kan medicijnen voorschrijven en instructie geven over het gebruik ervan. Om een matige, niet-levensbedreigende reactie te onderdrukken kunnen tabletten voorgeschreven worden. Bij het risico van een snelle, levensbedreigende reactie (anafylactische shock) zal een auto-injector met adrenaline worden voorgeschreven (bijvoorbeeld EpiPen). Dit is een injectiepen die speciaal ontwikkeld is om door niet-medisch geschoolden gebruikt te kunnen worden.

Hoe te handelen bij een anafylactische reactie?

Bij een geringe reactie, bijvoorbeeld alleen jeuk en roodheid, kan worden afgewacht. Gebruik zo nodig de tabletten of het drankje dat bij deze klachten is voorgeschreven.

Bij twijfel of ernstiger klachten:

- ◆ Gebruik zelf de adrenaline-auto-injector, bel 112, waarschuw familie of omgeving of:
- ◆ Leg de patiënt neer, maak de luchtweg zo nodig vrij en gebruik de adrenaline-auto-injector (bijvoorbeeld EpiPen).
Bij een anafylactische reactie is direct ingrijpen noodzakelijk. Dit betekent dat meteen adrenaline moet worden toegediend met een auto-injector.
- ◆ Bel 112.
De patiënt moet zo snel mogelijk met een ambulance naar een ziekenhuis voor verdere behandeling.
- ◆ Stel zo nodig de familie op de hoogte.
- ◆ Zwangerschap of het geven van borstvoeding vormt geen contra-indicatie voor het gebruik van de auto-injector.

Omgaan met angst

De diagnose anafylaxie roept veel emoties op. Ontkenning, ongelooft, boosheid en verdriet zijn emoties die een rol spelen. Ook kan de angst om een anafylactische reactie te krijgen erg groot zijn. De reacties van de omgeving (familie, ouders van vriendjes en vriendinnetjes, de crèche, school of werk) zijn niet altijd begripvol. Uiteindelijk moet het risico om anafylactisch te reageren op een veilige en praktische manier ingepast worden in het leven van alledag. Het kan belangrijk zijn om bij dit proces hulp en begeleiding te zoeken. Deze begeleiding kan deels komen van een kinderarts, allergoloog en/of diëtist, maar ook van lotgenoten, bijvoorbeeld via de Stichting VoedselAllergie.

Praktische tips

MEDICIJNGEBRUIK

- ◆ Draag altijd medicatie binnen handbereik.
- ◆ Geef kinderen een speciaal tasje voor hun medicijnen.
- ◆ Oefen het gebruik van de auto-injector met de desbetreffende personen; een speciale oefenpen is via de apotheek te verkrijgen.

HERKENBAARHEID

- ◆ Draag bijvoorbeeld een SOS ketting met daarin relevante informatie (verkrijgbaar bij een juwelier of apotheek).
- ◆ Of meldt u aan bij de Stichting Witte Kruis. Daar vindt centrale registratie plaats van persoons- en medische gegevens. Op de alarmpenning staan uw registratienummer, de meest relevante spoedgegevens en het telefoonnummer van de 24-uurs alarmcentrale voor het opvragen van verdere gegevens. Telefoon 070-3110486.
- ◆ Schaf een medisch paspoort aan. Hierin staan alle relevante medische gegevens. Informeer bij uw apotheek.

INFORMEREN

- ◆ Vertel je omgeving/collega's over anafylaxie.
- ◆ Maak duidelijke afspraken met crèche, school of werk en leg deze afspraken vast.

Nog vragen?

NEEM DAN CONTACT OP MET:

Stichting VoedselAllergie

Postbus 207

3860 AE Nijkerk

telefoon 033-465 50 98 (werkdagen 9.00 – 13.00 uur)

E-mail info@stichtingvoedselallergie.nl

Website www.stichtingvoedselallergie.nl

NUTTIGE ADRESSEN

Nederlands Anafylaxis Netwerk

Oranjelaan 91

3311 DJ Dordrecht

Telefoon 078 639 03 56 (tussen 20.00 en 21.00 uur)

E-mail info@anafylaxis.net

Website www.anafylaxis.net

Voedingscentrum

Postbus 85700

2508 CK Den Haag

070-3068888

E-mail info@voedingscentrum.nl

Website www.voedingscentrum.nl

Werkgroep Anafylaxie

Stichting VoedselAllergie, november 2004

Met dank aan onze adviseurs:

mw. G. van Beek, diëtiste;

drs. R.A. Holl, kinderarts;

drs. B. van Stigt, internist/allergoloog.



© (Copyright) Stichting VoedselAllergie. Het overnemen van teksten uit deze brochure is toegestaan, mits Stichting VoedselAllergie als bron vermeldt wordt.

Patiëntenorganisatie voor
voedselallergie en voedselintolerantie

Wordt lid!

Eerste hulp bij
Anafylaxie

Z.O.Z.

Als lid ontvangt u 4x per jaar het kwartaalblad OverGevoeligHeden én kunt u deelnemen aan het tweejaarlijks symposium. Lidmaatschap kost € 24 per jaar (2005).

AANMELDING

Naam

Adres

Postcode

Woonplaats

Telefoon

Email

- Ja, ik word lid. Mijn minimale jaarbijdrage is € 24,- per jaar (2005).
- Ik machtig de Stichting VoedselAllergie voor het afschrijven van de jaarlijkse bijdrage van € 24,- (2005).
- Ik machtig de Stichting VoedselAllergie voor het afschrijven van een hogere jaarlijkse bijdrage, namelijk € ...

Het bedrag zal - tot schriftelijke opzegging - jaarlijks automatisch van uw rekening worden afgeschreven. U behoudt de mogelijkheid de betaling binnen 30 dagen te herroepen.

Bank- of gironummer

Datum

Handtekening

In ongefrankeerde envelop zenden aan:

Stichting VoedselAllergie, Antwoordnummer 428, 3860 VB Nijkerk

