

voedselallergie en **provocatietests**



De gouden standaard om een allergie voor een voedingsmiddel vast te stellen is de *voedselprovocatietest*. Bij een dergelijke onderzoek eet of drink je het verdachte voedingsmiddel in steeds grotere porties. Dat kan op een aantal manieren: ‘open’ of ‘blind’, thuis of in het ziekenhuis. Naast uitleg over de verschillende provocatiemethoden geeft deze brochure tips over de begeleiding van kinderen tijdens de test in het ziekenhuis.

De brochure is een uitgave van de Stichting Voedselallergie, patiëntenorganisatie voor mensen met voedselovergevoeligheid.

Stichting Voedselallergie
Postbus 207, 3860 AE Nijkerk
t (033) 465 50 98
e info@voedselallergie.nl
i www.voedselallergie.nl

In deze serie zijn brochures uitgegeven over:
anafylaxie – koemelkallergie – preventie – school – vakantie – voedselallergie en eczeem – voedselovergevoeligheid – voedselprovocatietests.

De brochure is met de grootste zorg samengesteld. De Stichting Voedselallergie wijst desondanks iedere aansprakelijkheid af voor eventuele onjuistheden en voor mogelijke gevolgen hiervan.

oktober 2011 (3e druk). © Stichting Voedselallergie. *Overname van de inhoud is alleen toegestaan met bronvermelding na schriftelijke toestemming van de Stichting Voedselallergie.*

Voedselallergie en provocatietests

Waarom een voedselprovocatietest?

Bij klachten die kunnen wijzen op een allergische reactie door een voedingsmiddel zal de arts onderzoek willen doen om de oorzaak, het voedselallergeen, te achterhalen. Bloed- en huidtesten zijn niet honderd procent betrouwbaar. Ook kunnen er bij het uitlokken van een allergische reactie andere omstandigheden een rol spelen dan alleen voedsel. Bijvoorbeeld pollen die door de lucht zweven of een hond die in de buurt is, terwijl je daar ook gevoelig voor bent. Daardoor blijft

de vraag: komt de allergische reactie nu door de voeding of door andere omstandigheden? Om zo objectief mogelijk te kunnen beoordelen of het verdachte voedingsmiddel een allergische reactie geeft, is een voedselprovocatietest de betrouwbaarste methode. Bij een dergelijke test eet of drink je het voedsel waarvoor je allergisch bent, in opklimmende hoeveelheden.

Welke voedselprovocatietests zijn er?

De meest voorkomende provocatietests zijn:

- ▶ de open voedselprovocatietest thuis;
- ▶ de open voedselprovocatietest onder medische begeleiding. Deze test kan zowel plaatsvinden bij de huisarts, op het consultatiebureau, op de polikliniek van bijvoorbeeld de kinderarts, de dermatoloog of de allergoloog of tijdens een dagopname in het ziekenhuis;
- ▶ de dubbelblinde placebogecontroleerde voedselprovocatietest. Deze test vindt altijd plaats in het ziekenhuis.

Welke test het geschiktst is, bepaalt het medisch team - met onder meer de behandelde arts - in samenspraak met de patiënt.



Open voedselprovocatietest thuis

Wat is een open voedselprovocatietest?

Bij een open voedselprovocatietest eet je een bepaald voedingsmiddel (met het voedsel-allergeen) in opklimmende hoeveelheden om te kijken of er een allergische reactie optreedt. Daarbij weten zowel de behandelend arts en diëtist als jijzelf om welk voedingsmiddel het gaat en wanneer dit wordt gegeven – dit in tegenstelling tot een ‘blinde’ test. Daarover straks meer.

Voor wie is deze test geschikt?

Een open provocatietest is geschikt voor mensen bij wie de arts inschat dat er nagenoeg geen kans is op een ernstige reactie. Er is dus vooraf altijd overleg met de arts voordat thuis een provocatietest wordt uitgevoerd. De behandelend arts kan het risico op een ernstige reactie beter inschatten dan de direct betrokkenen. Indien de kans bestaat dat er een ernstige reactie optreedt, zal de arts kiezen voor een voedsel-provocatietest in het ziekenhuis of, afhankelijk van het risico, soms afzien van de test.

Wat is het beste tijdstip voor de test?

Start met de voedselprovocatietest bij voorkeur vroeg in de ochtend, zodat een eventuele reactie in de loop van de dag goed kan worden gesignaleerd. De behandelend arts kan dan, indien nodig, tijdig worden ingeschakeld. In het weekeinde en tijdens de avond en de nacht ben je aangewezen op een vervangend arts die je niet kent.

Doe een voedselprovocatietest niet bij ziekte

of een stressvolle situatie, zoals verandering van werk of een verjaardagsfeest. Of bij een verkoudheid of darmklachten. Ook als er sprake is van astma dat niet stabiel is of onrustig eczeem, kan er beter niet worden getest.

Hoe moet de test worden uitgevoerd?

Het is belangrijk om de open provocatietest zorgvuldig uit te voeren, zodat de arts een zo goed mogelijke conclusie kan trekken. Daarom zal de open voedselprovocatietest vaak door een daarvoor opgeleid assistent worden begeleid, zodat je de juiste instructies ontvangt om de test goed te kunnen uitvoeren.

Je mag het te testen voedingsmiddel in de twee weken voorafgaand aan de test niet gebruiken.

Er wordt steeds één voedingsmiddel per keer getest, anders is niet bekend op welk voedingsmiddel een eventuele reactie optreedt.

Meestal wordt geadviseerd om het te testen voedingsmiddel eerst tegen de binnenkant van de lippen te smeren en een eventuele reactie af te wachten. Komt er binnen een half uur geen reactie, dan kan een kleine hoeveelheid van het voedingsmiddel worden gegeten of gedronken.

Het meest gebruikelijke is dat je de tweede dag een kwart van de normale portie krijgt, de derde dag een halve en de vierde dag een hele portie. Als er na drie dagen geen reactie heeft plaatsgevonden, kan een allergie worden uitgesloten. Je kunt het voedingsmiddel (weer) gebruiken.

Bij een open voedselprovocatietest eet je een bepaald voedingsmiddel (met het voedselallergeen) in opklimmende hoeveelheden om te kijken of er een allergische reactie optreedt

Waar moet je op letten tijdens en na de test?

Let uiteraard op de klacht die reden was om het voedingsmiddel te mijden. Bij een voedselallergische reactie kunnen uiteenlopende klachten optreden:

- › kriebel in de mond of keel;
- › huidklachten (galbulten, netelroos, eczeem);
- › maagdarmlachtnen (buikpijn, misselijkheid, braken, diarree);
- › klachten van de luchtwegen (neusklachten, benauwdheid, slikklachten);
- › oogklachten;
- › veranderingen in gedrag.

Voedseldagboek

Bij een open voedselprovocatietest thuis is het nodig om een aantal zaken zorgvuldig te noteren. Hiervoor kun je gebruik maken van een voedseldagboek. Noteer in ieder geval:

- › het tijdstip waarop de portie wordt gegeten of gedronken;
- › hoe groot de portie is;
- › het tijdstip waarop eventueel een reactie is opgetreden;
- › waaruit de reactie bestaat;
- › hoe lang de reactie duurt;
- › welke maatregelen er eventueel zijn genomen om de reactie te stoppen;
- › op welk tijdstip deze maatregelen zijn genomen.

Soms is pas later (bijvoorbeeld na een dag) een reactie waar te nemen. Advies: maak een foto bij eczeem of galbulten.

Neem het dagboek van de provocatietest mee bij het eerstvolgende controlebezoek aan de behandelend arts en/of diëtist.

Wat te doen als er een reactie optreedt?

Treedt er tijdens de provocatietest een reactie op, stop dan met de test. Soms wordt er vooraf afgesproken wanneer je bepaalde medicijnen moet nemen, zoals antihistaminica. Leg deze dan voor het begin van de test binnen handbereik. Vanzelfsprekend roep je, indien nodig, de hulp in van de behandelend arts. Maak hierover vooraf afspraken.

Overleg tijdens het eerstvolgende controlebezoek met de arts wanneer je het betreffende voedingsmiddel opnieuw mag proberen.

Open voedselprovocatietest onder medische begeleiding

Voor wie is de open provocatietest onder medische begeleiding bedoeld?

Als je erg opziet tegen een voedselprovocatie-test thuis, kun je kiezen voor een provocatie bij de huisarts of op het consultatiebureau. Je hebt dan de geruststelling van bekwaam personeel in de buurt.

Bij de verwachting van een mogelijk ernstige of een onduidelijke allergische reactie of wanneer je te ver van het ziekenhuis woont, dient de provocatietest onder medische begeleiding plaats te vinden tijdens een dagopname op de provocatie-unit in het

ziekenhuis. Daar is altijd een arts aanwezig om de reactie in te schatten en te beoordelen en kan er, zo nodig, direct medisch worden ingegrepen.

Hoe wordt de test uitgevoerd?

De methode is meestal dezelfde als bij de open voedselprovocatietest thuis, maar vaak wordt er bij de provocatietest in het Ziekenhuis voor gekozen om op één dag langzaam kleine hoeveelheden van het voedingsmiddel op te voeren tot een normale portie.



Dubbelblinde placebogecontroleerde voedselprovocatietest

Wat is een dubbelblinde placebo-gecontroleerde voedselprovocatietest?

Dubbelblind betekent dat zowel de patiënt als de arts en de persoon die de test uitvoert niet weten welke testvoedingen het voedsel-allergeen bevat. Zo worden factoren die van invloed kunnen zijn, zoveel mogelijk uitgesloten. Bij een 'blinde' test kun je onbevooroordeeld interpreteren wat er gebeurt. Ook angst voor reacties wordt sterk verminderd of weggenomen.

Placebogecontroleerd betekent dat de ene testvoeding wel het te testen voedselallergeen bevat en de andere testvoeding niet: een placebovoeding is dus een voeding zonder het te testen voedingsmiddel. Door de reacties bij het gebruik van beide testvoedingen te vergelijken, zijn de verschillen objectief te beoordelen.

De testvoedingen worden volgens speciale receptuur onder goed gecontroleerde omstandigheden door hiertoe opgeleid keukenpersoneel van het ziekenhuis bereid. De diëtist is hierbij nauw betrokken. De testvoeding past binnen het dieet en is zo samengesteld, dat niemand het verwerkte allergeen kan ruiken, proeven of zien. Vaak wordt als basis voor de testvoeding vla, appelmoes of pannenkoek gebruikt. Uiteraard weet het keukenpersoneel wel welke testvoeding het allergeen bevat en welke testvoeding niet. Zij hebben de verpakking van de testvoeding gemerkt met een code. Het keukenpersoneel mag hierover geen contact hebben met de personen die de test uitvoeren

of ondergaan. Pas enige tijd na de test, of als er een reactie heeft plaatsgevonden, wordt de code aan de arts bekendgemaakt.

De dubbelblinde placebogecontroleerde voedselprovocatietest is tot nu toe de meest betrouwbare test gebleken in de diagnostiek van voedselallergie.

Voor wie is de test geschikt?

Dubbelblinde placebogecontroleerde testen moeten niet worden onderschat: ze kunnen behoorlijk belastend zijn. Toch kan deze provocatietest in een aantal gevallen noodzakelijk zijn.

De dubbelblind placebogecontroleerde test is voor bijna iedereen geschikt, omdat er in een veilige omgeving wordt getest, waarbij steeds een arts aanwezig is die bij een reactie snel kan ingrijpen.

Hoe wordt de test uitgevoerd?

Voor het testen van één voedingsmiddel is het nodig twee dagen op de provocatie-unit van de dagbehandeling door te brengen: één dag voor de placebovoeding en één dag voor de provocatie met het te testen voedingsmiddel. Hierbij is niet bekend op welke dag de placebovoeding en op welke dag het te testen voedingsmiddel wordt gegeven.

Je mag het te testen voedingsmiddel in de twee weken voorafgaand aan de test niet eten. Sommige medicijnen – met name antihistaminica – kunnen een allergische reactie op de testvoeding verminderen. De arts zal daarom aangeven hoelang van

Dubbelblind betekent dat zowel de patiënt als de arts en de persoon die de test uitvoert niet weten welke testvoedingen het voedsel-allergeen bevat

tevorens je moet stoppen met de medicijnen en wanneer je ze daarna weer mag innemen. Bij aankomst op de provocatie-unit van het ziekenhuis wordt je onderzocht. Bloeddruk, polsslag, ademhaling en – indien nodig – urine worden gecontroleerd. Soms krijg je voor de veiligheid een infuusnaald ingebracht, meestal in de arm of de hand. De naald zit direct in het bloedvat waardoor er, zo nodig,

snel medicijnen kunnen worden gegeven. De naald wordt zodanig aangebracht, dat je er zo min mogelijk last van hebt. Vaak wordt er op de infuusnaald een zakje met vocht aangesloten.

Meestal mag je thuis vooraf slechts een licht ontbijtje gebruiken, waarvan je zeker weet dat je het verdraagt.



Tijdens het onderzoek mag je naast de testvoeding uitsluitend water drinken. Bij aanvang van de test wordt het voedingsmiddel in contact gebracht met de binnenkant van de lippen, terwijl de arts kijkt of er iets gebeurt. Als er geen reactie volgt, krijg je enige tijd later een zeer kleine hoeveelheid van de testvoeding. Bij elke stap is de arts aanwezig en wordt de situatie nauwlettend gevolgd. Zo krijg je gedurende de dag, op meerdere momenten, een steeds groter wordende hoeveelheid testvoeding. Uiteindelijk heb je in het begin van de middag een normale hoeveelheid op, bijvoorbeeld een hele pannenkoek. Soms mag je, in overleg met de arts, een eigen meegebrachte veilige lunch eten. Als er geen reactie is opgetreden, volgt een laatste medisch onderzoek en mag je naar huis.

De tweede dag wordt de test voortgezet.

Wat gebeurt er bij een allergische reactie?

De reactie blijft vaak beperkt tot misselijkheid, braken of huiduitslag, omdat het te testen voedselallergeen aanvankelijk in een heel kleine hoeveelheid wordt gegeven. Slechts bij uitzondering treedt er een ernstige reactie op. Omdat de behandelend arts steeds in de buurt is, kan er snel worden ingegrepen, zodat de reactie stopt.

Tijdens elke voedselprovocatie-test liggen er medicijnen klaar om bij een reactie via het infuus te worden toegediend. Na een reactie wordt er niet verder getest.

Weer thuis

Ook als de geteste voeding goed is verdragen en er geen reactie is opgetreden tijdens de provocatietest, mag je het voedingsmiddel niet meteen thuis eten of drinken. Eerst moet nog een open voedselprovocatie-test plaatsvinden (zie voorin deze brochure).

Deze test kan in het ziekenhuis of thuis worden uitgevoerd, met behulp van een meegekregen schema. Zo wordt uitgesloten dat je bij gebruik van het voedingsmiddel in natuurlijke, gangbare vorm alsnog een reactie krijgt.

Mocht er alsnog een reactie komen, meld dit dan aan de behandelend arts en/of diëtist tijdens de controleafspraak.

Provocatietests bij kinderen, tips voor ouders

Een voedselprovocatietest in het ziekenhuis kan behoorlijk ingrijpend zijn voor een kind. Het aanbrengen van een infuus en daarna toch proberen te spelen kan belastend zijn. Ook kunnen de testdagen lang duren. Goede voorbereiding kan ertoe bijdragen dat de voedselprovocatietest voor het kind en de ouders op een zo prettig mogelijke wijze verloopt. Vaak vinden de provocatietests plaats in een kindvriendelijke omgeving binnen het ziekenhuis.

Hoe bereid je een kind voor?

Bereid het kind – afhankelijk van de leeftijd – zo eerlijk mogelijk voor op wat er gaat gebeuren tijdens de voedselprovocatietest. Vertel daarbij ook dat er een reactie kan komen, zonder al teveel details te geven, waardoor het kind angstig kan worden. Het kan voor hem of haar beter te begrijpen zijn, als je daarbij een voorbeeld geeft van een eerder doorgemaakte (matige) reactie. Vertel hierbij ook dat de dokter en de zuster speciaal voor het kind klaarstaan om te helpen als het toch ziek wordt. De ervaring leert dat kinderen



vertrouwen blijven houden in hun ouders als zij merken dat het er werkelijk zo aan toegaat in het ziekenhuis als hen is verteld.

Afhankelijk van de leeftijd van het kind kan het nodig zijn dezelfde informatie meerdere keren te geven. Bij de voorbereiding kunnen speciale boekjes een goed hulpmiddel zijn (meer informatie www.kindenziekenhuis.net). Nagaan of het kind de informatie begrepen heeft, kan bijvoorbeeld door het een tekening te laten maken en te laten vertellen wat de afbeelding voorstelt.

Vertel dat het geen ramp is als er een reactie komt. Dit betekent alleen dat er (nog) geen uitbreiding van het dieet inzit, al is dit misschien wel een teleurstelling. Stel een leuke beloning in het vooruitzicht om de provocatietest af te sluiten, hoe deze ook afloopt. En misschien is de grootste beloning nog wel, als het dieet mag worden uitgebreid.

Wat kun je meenemen voor je kind?

Bijna altijd kan een kind spelen met het speelgoed in het ziekenhuis, maar zorg daarnaast zelf voor voldoende afleiding. Neem bijvoorbeeld spelletjes of voorleesboekjes mee. Veel kinderen vinden het prettig iets vertrouwds mee te nemen van huis. Dit geldt zeker voor jongere kinderen, die hun favoriete knuffel overal mee naartoe nemen. Overleg vooraf over het zo nodig meebrengen van een eigen lunch: aangezien je de hele dag bij het kind moet blijven en de afdeling niet af mag, is het handig voor jezelf voldoende eten en drinken mee te nemen.

Bij een grotere reisafstand tussen huis en ziekenhuis kan het prettig zijn om voor je kind en jezelf wat te eten mee te brengen voor na de test. Voor kleinere kinderen kan het handig zijn om vertrouwd eet- en drinkgerei (bijvoorbeeld eigen tuitbeker of flesje) mee te nemen.

Sommige kinderen raken na het ziekenhuisverblijf wat van slag. Het kan helpen om het kind over zijn ervaring een tekening te laten maken en er over te laten vertellen. Ook naspelen van de ervaringen in het ziekenhuis met bijvoorbeeld een dokterssetje, kan voor een kind een goede manier zijn om de ervaringen te verwerken. Met extra aandacht komen de meeste kinderen snel weer in balans.

Lid worden?

Leden van de Stichting Voedselallergie ontvangen vier keer per jaar het kwartaalblad *Overgevoeligheden* en kunnen deelnemen aan een contactgroep. Zij kunnen persoonlijke ondersteuning ontvangen, deelnemen aan landelijke dagen en symposia en toegang krijgen tot het afgesloten gedeelte van de website (digitale *Overgevoeligheden*, dieetadvies). Ook zijn er regelmatig kortingen en extra services, zoals de digitale nieuwsbrief en waarschuwingen als de veiligheid van voedingsmiddelen in het geding is.

Uw financiële bijdrage ondersteunt onze stichting in alle activiteiten om de kwaliteit van leven van mensen met voedselallergie te verhogen. Het lidmaatschap bedraagt € 25 per jaar.

Ja, ik word lid en ik machtig de Stichting Voedselallergie

initialen, naam

m/v

adres

postcode

woonplaats

telefoon

e-mail

geboortedatum

ik ben allergisch voor

ik heb wel/geen belangstelling voor vrijwilligerswerk *(doorhalen wat niet van toepassing is)*

- Ik machtig de Stichting Voedselallergie voor het afschrijven van de jaarlijkse bijdrage van € 25,00
- 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.

banknummer

datum

handtekening

postzegel
niet nodig
mag wel

Stichting **Voedselallergie**
Antwoordnummer 428
3860 VB Nijkerk



Nog vragen?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de Stichting Voedselallergie. De Stichting Voedselallergie biedt sinds 1985 kennis en ondersteuning bij voedselovergevoeligheid aan patiënten, ouders, organisaties en behandelaren. Alle informatie wordt gecontroleerd en medeontwikkeld door onze medische en para-medische adviseurs.

Leden/donateurs ontvangen diverse voordelen, zoals het kwartaalblad *Overgevoeligheden* en kortingen.

Ondersteun ons! Word lid/donateur. Uw bijdrage stelt ons in staat om de levenskwaliteit bij voedselovergevoeligheid te verbeteren!

Stichting Voedselallergie

- a** Postbus 207, 3860 AE Nijkerk
- t** 033 465 50 98 (werkdagen 9.00-17.00 uur)
- e** info@voedselallergie.nl
- i** www.voedselallergie.nl