

Wat is een voedselallergie?

Een voedselallergie is een reactie van het afweersysteem gericht tegen voedselbestanddelen met allergische klachten tot gevolg. Het afweersysteem reageert met bepaalde eiwitten in de voeding, allergenen geheten, door daar allergische antistoffen tegen te maken. Deze antistoffen kunnen bij inname van voeding acuut (binnen maximaal 2 uur) stoffen vrij maken in huid, luchtwegen en het maag-darmkanaal die klachten veroorzaken als galbulten, zwellingen, dichte keel, misselijkheid en braken. De allergische afweerstoffen kan men aantonen met bloedonderzoek en met huidtesten.

Vaststellen van een voedselallergie

Als een patiënt meerdere keren binnen een uur na het eten van steeds hetzelfde voedingsmiddel typisch allergische klachten krijgt en een allergietest met dit voedingsmiddel is positief dan kan de allergie voor dit voedingsmiddel bevestigd worden. Er hoeft dan geen verder onderzoek plaats te vinden. Het komt echter vaak voor dat een patiënt reageert na inname van een voedingsmiddel zonder dat de allergietest met dit voedingsmiddel positief is, er kunnen dus geen allergische stoffen worden aangetoond. Soms test een patiënt positief op een voedingsmiddel als er uitgebreid wordt getest terwijl men zich niet kan herinneren dit ooit te hebben gegeten. In beide gevallen wordt een allergie vermoed maar niet voldoende worden bevestigd.

Typisch allergische klachten worden niet altijd veroorzaakt door een allergie. Bij het grootste deel van de patiënten met reacties als galbulten of zwellingen komt dit niet door een allergie.

Ook hoeft een positieve allergietest niet te betekenen dat de patiënt allergisch is voor het geteste voedingsmiddel. Bijvoorbeeld als een patiënt positief test op pinda maar dit nog nooit heeft gegeten dan kan dit verschillende betekenissen hebben: het kan betekenen dat wanneer de patiënt een pinda eet hij/zij geen klachten krijgt, geringe klachten krijgt met alleen jeuk in de mond of een levensbedreigende allergische reactie krijgt.

Wel is het zo dat als er veel hoge waarden van allergische afweerstoffen (RAST) in het bloed zijn tegen bepaalde voedingsmiddelen als ei, melk en/of pinda de kans op reageren hoger dan 90 % is. In zo'n uitzonderlijk geval is soms verder testen niet nodig. In het geval van soja en tarwe is de kans op een allergie vaak niet hoger dan 50 %. Belangrijk is dat de meeste patiënten niet zo'n hoge uitslag hebben; bij de grootste groep patiënten kan daarom op basis van alleen allergietesten onvoldoende voorspeld worden wie allergisch is. De enige methode om een allergie aan te tonen is dan de voedselprovocatietest.

Voedselprovocatie

Indicaties

Bij een voedselprovocatietest moet de patiënt in (meestal) 4 tot 6 stappen elk half uur een steeds toenemende hoeveelheid van het verdachte voedingsmiddel drinken of eten. De redenen waarom een provocatietest gedaan wordt zijn de volgende:

- Het verhaal van de patiënt stemt niet overeen met de uitslag van de allergietest.
- Het is niet duidelijk welk ingrediënt in een maaltijd de klachten heeft veroorzaakt.
- Om vast te stellen bij welke hoeveelheid klachten kunnen optreden.
- Als er een verdenking is op een niet-allergische voedselovergevoeligheid (intolerantie)

Contra-indicaties

Provocaties kunnen niet gedaan worden als de patiënt voorafgaand aan de test ziek is, forse allergische klachten heeft, van tevoren klachten heeft die zouden kunnen optreden tijdens de provocatietest of een actieve long- of hartziekte heeft. Als dit het geval is, is de kans op ernstiger reageren tijdens de test verhoogd en is een goede interpretatie niet mogelijk.

Dubbelblinde versus open provocatie

Een dubbelblinde provocatie is een provocatie waarbij de patiënt twee keer iets te eten of te drinken krijgt op twee verschillende dagen met tenminste een week ertussen. De ene keer krijgt de patiënt de verdachte voeding en de andere keer een placebo. Zowel de patiënt als de dokter weten niet wanneer de patiënt de verdachte voeding of de placebo krijgt. Bij een open provocatie krijgt de patiënt de verdachte stof te eten of te drinken waarbij het verdachte voedingsmiddel in zo zuiver mogelijke vorm wordt gegeven. Een dubbelblinde provocatie is de beste manier om na te gaan of de patiënt reageert. Met een dubbelblinde provocatie kan worden voorkomen dat bijvoorbeeld psychologische effecten van voeding aangezien worden voor een allergische reactie. Als een patiënt bijvoorbeeld angst heeft voor pinda in verband met een veronderstelde allergie voor pinda kan deze angst forse klachten oproepen tijdens een open provocatie. Als de klachten zowel optreden bij het geven van de placebo als bij het geven van het verdachte voedingsmiddel wordt de provocatie in zijn totaal als negatief beoordeeld: de patiënt is dan niet allergisch.

Provocatie materiaal

Bij een dubbelblinde provocatie wordt de verdachte voeding gemaskeerd in bijvoorbeeld een koekje of een drankje. De recepten van deze koekjes en drankjes zijn zo gemaakt dat de patiënt niet het verschil kan proeven, ruiken of zien tussen de verdachte stof en de placebo. Voor de meeste voedingsmiddelen is het gelukt recepten te ontwikkelen waarin

het te testen voedingsmiddel kan worden gemaskeerd. Met bijvoorbeeld vis of garnaal kunnen alleen open provocaties worden gedaan. De kleinste hoeveelheid van het verdachte voedingsmiddel in een dubbelblinde provocatie is (voor zover bekend) minder dan de kleinste hoeveelheid waarop de meeste ernstige allergische patiënten nog kunnen reageren. Als de patiënt de keer dat hij het verdachte voedingsmiddel al binnen een uur na inname van de hoogste dosering van dit voedingsmiddel geen klachten kreeg dan is de test negatief: de patiënt is niet allergisch. Er is dan geen risico dat de patiënt bij inname thuis van een nog grotere hoeveelheid van dit voedingsmiddel alsnog reageert met acute ernstige klachten.

Veiligheid

Tijdens een provocatie kunnen er forse allergische reacties optreden. Maar als de provocatie wordt uitgevoerd in een ziekenhuis met gekwalificeerd personeel dan is het een veilige test. Een acute allergische reactie is goed te behandelen met noodmedicatie. Als de arts inschat dat er een vergrote kans op hevig reageren is, kan besloten worden tot extra veiligheidsmaatregelen zoals het van tevoren inbrengen van een infuus of kan besloten worden de provocatie op een andere plek uit te voeren, bijvoorbeeld op de intensive care.

Procedure

De procedure van de voedselprovocatie is als volgt:

- Het is heel belangrijk dat u op tijd contact opneemt als u denkt dat de provocatie misschien niet kan doorgaan.
- Tenminste 3 dagen van tevoren moet u stoppen met antihistaminica. Neussprays, oogdruppels en medicatie voor astma en eczeem mogen wel door gebruikt worden.
- 's Morgens mag u licht ontbijten.
- Voorafgaand aan de provocatie wordt nagevraagd of u klachten heeft en wordt uw bloeddruk, pols en soms piekflow gemeten.
- Tijdens de provocatie mag u alleen water drinken.
- Als er klachten optreden tijdens de provocatie moet u dit meteen melden. De arts zal met u bespreken of de provocatie wordt voortgezet en of u medicatie nodig heeft.
- Als een uur na de laatste stap geen klachten zijn opgetreden mag u naar huis.
- Direct na een open provocatie of na de tweede provocatiedag van een dubbelblinde provocatie nadat de blindering is opgeheven is de uitslag bekend. Vaak wordt de blindering niet meteen verbroken maar pas twee dagen later omdat patiënten soms pas later met name huid- of buikklachten krijgen.

Beoordeling provocatie

Als na een open of dubbelblinde provocatie geen klachten zijn opgetreden mag u dit thuis weer gaan eten. Als er duidelijk allergische klachten zijn opgetreden bij inname van het voedingsmiddel dan moet dit voedingsmiddel vermeden worden. De arts en diëtist kunnen u hierin begeleiden. Daarnaast moet u noodmedicatie hebben als een adrenaline auto-injector mocht u de voeding per ongeluk binnenkrijgen.

Ook als de klachten pas na de laatste en hoogste dosisstap optraden, moet het voedingsmiddel vermeden worden omdat in de praktijk op verpakkingen niet staat vermeld hoeveel er van het voedingsmiddel in zit. Bovendien kunnen er in de thuissituatie omstandigheden zijn die ervoor zorgen dat de patiënt al bij lagere hoeveelheden reageert dan de hoeveelheid waarop hij/zij reageerde tijdens de provocatie. Bijvoorbeeld inname van bepaalde pijnstillers als ibuprofen of alcohol, inspanning na inname van voeding of het hebben van de griep kan ervoor zorgen dat iemand al eerder reageert.

In de praktijk is de beoordeling van een provocatie soms lastig en lukt het niet altijd een definitieve uitslag te geven. De arts zal de uitslag met u bespreken en kan, samen met de diëtist, helpen het voedingsmiddel te vermijden of juist weer thuis te gaan introduceren.