



Introductie amandel bij kinderen

Uw kind heeft een negatieve provocatie- of allergietest gekregen. Dit betekent dat hij of zij niet meer allergisch is voor amandel. Hij of zij zal thuis dus geen ernstige allergische reactie op amandel krijgen. Het is vanaf nu belangrijk dat uw kind regelmatig (drie keer per week) amandel blijft eten. Als hij of zij geen amandel meer eet, is de kans groter dat er (weer) een allergie ontstaat. Hieronder vindt u een schema waarmee u uw kind in meerdere stappen steeds meer amandel laat eten (ook wel introduceren genoemd).

Over de behandeling

Uw kind is niet meer allergisch voor amandel. Het is daarom belangrijk dat uw kind regelmatig amandel blijft eten. Als hij of zij geen amandel meer eet, is de kans groter dat de allergie terugkomt. Introduceren bij (kleine) kinderen kunt u het beste doen met producten waar amandel in is verwerkt, zoals amandelpasta of losse amandelen.

Vorbereiding

U moet goed kijken of het product amandel bevat. Is uw kind ook allergisch voor andere voedingsmiddelen? Dan mogen deze voedingsmiddelen niet in het product zitten. Controleer dit op het productetiket.

Verloop van de behandeling

U kunt uw kind zowel 100% amandelpasta als losse noten laten eten. Hieronder vindt u een schema voor zowel amandelpasta als losse noten.

Tijdens de behandeling moet u met een aantal punten rekening houden:

- Introduceer de eerste hoeveelheid amandel vóór 12.00 uur 's morgens, zodat u klachten in de loop van de dag kunt opmerken.
- Introduceer niet op momenten dat klachten onduidelijk zijn. Als uw kind ook ergens anders last van heeft, is het soms niet duidelijk waar de klachten vandaan komen. Bijvoorbeeld als uw kind koorts heeft, huiduitslag, eczeem of doorkomende tanden/kiezen.
- Introduceer geen andere nieuwe voedingsmiddelen.
- U mag een stap uit het schema langer maken als dat nodig is. Dit betekent dat u uw kind meerdere dagen één bepaalde hoeveelheid amandel(product) mag geven (bijvoorbeeld twee of meerdere dagen één hele amandel). Uw kind moet uiteindelijk wel uitkomen op een normale hoeveelheid: een hele snee brood met amandelpasta of drie hele amandelnoten.

Introductie met 100% amandelpasta

Uw kind eet elke dag steeds meer amandelpasta. Hieronder staat aangegeven hoeveel amandelpasta u per dag aan uw kind mag geven.

Dag 1 - 1/8 snee brood met amandelpasta.

Dag 2 - ¼ snee brood met amandelpasta.

Dag 3 - een halve snee brood met amandelpasta (voor een kind rond de 1 jaar is dit voldoende).

Dag 4 - een hele snee brood met amandelpasta (deze stap mogen de oudere kinderen eten als ze dit willen).



Introductie met losse amandelen

Uw kind kan ook een losse, pure amandel eten. Hiermee bedoelen wij hele, ongezouten noten. Voor kleine kinderen zijn hele noten minder geschikt om te eten. Hak voor hen de noten fijn en verwerk ze in bijvoorbeeld een fruithapje of in pap. Hieronder staat aangegeven hoeveel losse amandelen u per dag aan uw kind mag geven.

Dag 1 - ½ amandel of amandelschaafsel.

Dag 2 - een hele amandel.

Dag 3 - 3 amandelen.

Dag 4 en daarna - 3 amandelen is voldoende, maar verder ophogen mag, afhankelijk van de leeftijd van uw kind. Laat uw kind een week lang elke dag (producten met) amandelen eten.



Na de behandeling

Het is belangrijk dat uw kind na de introductie regelmatig amandel blijft eten. Als uw kind dit niet doet, kan de voedselallergie terugkomen. Laat uw kind daarom **drie keer per week** iets met amandel eten. Hieronder vindt u voorbeelden van amandelproducten:

- Marsepein, spijs, gevulde koek, koekjes met amandelmeel of een magnum met amandel.
- Amandelschaafsel als strooisel over een broodje chocolade- of amandelpasta.
- Een fijngehakte amandelnoot door tomatensaus, stampopot, nasi of bami.

Let op dat het product geen andere voedingsmiddelen bevat waar uw kind allergisch voor is. Overleg bij meerdere voedselallergieën met de diëtist.

Wanneer contact opnemen?

Neem contact op met Kinderhaven als uw kind klachten zoals eczeem of buikpijn krijgt. Bij klachten kunt u het volgende opschrijven:

- Wat uw kind heeft gegeten;
- Hoeveel uw kind heeft gegeten;
- Het soort, de ernst en de duur van de klacht;
- Of uw kind medicijnen heeft gehad.

Uw kind mag amandel blijven eten. Ga terug naar een stap waarbij uw kind klachtenvrij was. Ga een paar dagen door met deze stap tot uw kind geen klachten meer heeft. Neem bij twijfel of een reactie altijd contact met ons op!

Contact

- Kinderhaven (010) 704 52 70 (gesloten op vrijdag)
- Erasmus MC Sophia (010) 703 62 63



