



Introductie pinda bij kinderen

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

Over de behandeling

Wat gaan we doen?

Uw kind is niet meer allergisch voor pinda. Het is daarom belangrijk dat uw kind regelmatig pinda(producten) blijft eten en drinken. Als uw kind dat niet doet, kan uw kind later alsnog een allergie voor pinda krijgen.

Voorbereiding

Introduceren bij (kleine) kinderen kunt u het beste doen met producten waar pinda in is verwerkt, zoals pindakaas, andere producten met pinda of losse pinda's. U moet goed kijken of het product pinda 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

Uw kind kan pindakaas, pindasnacks of losse pinda's eten. Hieronder vindt u een schema voor alle pindaproducten.

Introductie met pindakaas

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

Dag 1 - 1/8 snee brood met pindakaas.

Dag 2 - 1/4 snee brood met pindakaas.

Dag 3 - 1/2 snee brood met pindakaas.

Dag 4 - een hele snee brood met pindakaas.

Introductie met pindaflips

Bijvoorbeeld pindaflips/ chipito pinda (chips). Let ook hier op de andere ingrediënten waar uw kind mogelijk allergisch voor is.

Dag 1 - ½ pindaflip

Dag 2 - 2 pindaflips

Dag 3 - 4 pindaflips

Dag 4 - 16 pindaflips

Volgende dagen - 16 pindaflips is voldoende, maar verder ophogen mag, afhankelijk van de leeftijd van uw kind. Pindaflips zijn voor jonge kinderen te zout. Gebruik het met mate.



Introductie met losse pinda's

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

Dag 1 - ½ pinda

Dag 2 - een hele pinda

Dag 3 - 2 pinda's

Dag 4 - 4 pinda's

Dag 5 en daarna - 4 pinda's is voldoende, maar verder ophogen mag. Laat uw kind een week lang elke dag (producten met) pinda's eten.



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

- Introduceer de eerste hoeveelheid pinda(product) 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 pinda(product) mag geven (bijvoorbeeld twee of meerdere dagen één hele pinda). Uw kind moet uiteindelijk wel uitkomen op een normale hoeveelheid: vier hele pinda's.

Na de behandeling

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

- Pindaflips, chipito chips, pindapepsels, pindakoekjes, M&M's met pinda, borrelnoten.
- Pindakaas op brood of crackers.
- Fijngehakte pinda's als strooisel over een broodje chocoladepasta.
- Fijngehakte pinda's door tomatensaus, stampot, 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 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 pinda(producten) blijven eten en drinken. 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





