



Introductie hazelnoot bij kinderen

Introductie hazelnoot bij kinderen

Uw kind heeft een negatieve provocatie- of allergietest gekregen. Dit betekent dat hij of zij niet meer allergisch is voor hazelnoot. Uw kind zal thuis dus geen ernstige allergische reactie op hazelnoot krijgen. Het is vanaf nu belangrijk dat uw kind regelmatig (drie keer per week) hazelnoot blijft eten. Als hij of zij geen hazelnoot 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 hazelnoot laat eten (ook wel introduceren genoemd).

Over de behandeling

Wat gaan we doen?

Uw kind is niet meer allergisch voor hazelnoot. Het is daarom belangrijk dat uw kind regelmatig hazelnoot blijft eten. Als hij of zij geen hazelnoot meer eet, is de kans groter dat de allergie terugkomt.

Voorbereiding

Introduceren bij (kleine) kinderen kunt u het beste doen met producten waar hazelnoot in is verwerkt, zoals hazelnootpasta. U moet goed kijken of het product hazelnoot 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

Let op!

De hoeveelheid hazelnoten in hazelnootpasta verschilt per merk. Neem het liefst Nutella. Dit merk bevat een hoog percentage hazelnoten. Een ander merk met minimaal 13% hazelnoot is ook goed. U kunt ook 100% hazelnootpasta gebruiken.

Hieronder vindt u een schema voor zowel hazelnootpasta als losse noten.

Introductie met 13% hazelnootpasta

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

Dag 1 - $\frac{1}{4}$ snee brood met hazelnootpasta.

Dag 2 - $\frac{1}{2}$ snee brood met hazelnootpasta.

Dag 3 - een hele snee brood met hazelnootpasta.

(Voor een kind rond de 1 jaar is dit voldoende)

Dag 4 - 2 sneetjes brood met hazelnootpasta.

(Deze stap mogen de oudere kinderen eten als ze dit willen).



Introductie met 100% hazelnootpasta

Uw kind eet gedurende meerdere dagen steeds meer hazelnootpasta. Hieronder staat aangegeven hoeveel hazelnootpasta u per dag aan uw kind mag geven.

Dag 1 - 1/8 snee brood met hazelnootpasta.

Dag 2 - ¼ snee brood met hazelnootpasta.

Dag 3 - een halve snee brood met hazelnootpasta.

(Voor een kind rond de 1 jaar is dit voldoende)

Dag 4 - een hele snee brood met hazelnootpasta

(Deze stap mogen de oudere kinderen eten als ze dit willen).

Introductie met losse hazelnoten

Uw kind kan ook een losse, pure hazelnoten eten. Hiermee bedoelen wij hele, ongezouten noten (dus niet met bijvoorbeeld een suiker- of chocoladelaagje). 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 hazelnoten u per dag aan uw kind mag geven.

Dag 1 - ½ hazelnoot.

Dag 2 - een hele hazelnoot.

Dag 3 - 3 hazelnoten.

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



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

- Introduceer de eerste hoeveelheid hazelnoot 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 hazelnoot(product) mag geven (bijvoorbeeld twee of meerdere dagen één hele hazelnoot). Uw kind moet uiteindelijk wel uitkomen op een normale hoeveelheid: een hele snee brood met hazelnootpasta of drie hele hazelnoten.



Na de behandeling

Het is belangrijk dat uw kind na de introductie regelmatig hazelnoot blijft eten! Als uw kind dit niet doet, kan de voedselallergie terugkomen. Laat uw kind daarom **drie keer per week** hazelnoot(producten) eten. Hieronder vindt u voorbeelden van hazelnootproducten:

- Hazelnootkoekje (bijvoorbeeld Time Out), chocola met hazelnootvulling of hele hazelnoten, cornetto.
- Muesli met hazelnoot, gebak met hazelnoot.
- Fijngehakte hazelnoot als strooisel over een broodje met chocoladepasta.
- Fijngehakte hazelnoot 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 hazelnoot 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





