Aandoening

Voedselallergie bij kinderen

Bij een allergie voor voedsel reageert je afweersysteem heftig op bestanddelen van voeding. Het gaat dan altijd om het eiwit, een belangrijke bouwstof naast suikers en vetten in voeding. Je bent alleen allergisch voor een product als je altijd last hebt als je het eet en als je geen last hebt, als je het niet eet.

Een allergische reactie krijg je heel snel nadat je iets gegeten hebt. Zeker binnen 2 uur, maar meestal al na een paar minuten. Het kan ook nog na een paar uur ontstaan, maar dan is het vaker een overgevoeligheid of intolerantie. De reactie kan heel verschillend zijn. Het kan gaan om een reactie van bijvoorbeeld je huid, mond, keel, longen, maag of darmen.

Meer informatie? Bezoek ook de pagina van het Voedingscentrum (https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/voedselovergevoeligheid.aspx)

Onderzoeken

Voedselprovocatietest bij kinderen

Met een voedselprovocatietest wordt onderzocht of uw kind allergisch is voor een bepaald voedingsmiddel.

Uw kind heeft klachten die kunnen passen bij een voedselallergie. Om dit zeker te weten, voeren we een provocatietest uit. Dit is een test waarbij we een eventuele reactie op het verdachte voedingsmiddel uitlokken. Dit uitlokken noemen we provocatie. De test gebeurt onder medisch toezicht.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/onderzoeken/voedselprovocatietest-bij-kinderen

Behandelingen

Voeding vrij van melk, voedingsadviezen

Een kind met een koemelkallergie mag geen voeding gebruiken waar melk of sporen van melk in zit.

Koemelkallergie is een abnormale reactie van het afweersysteem op het eiwit in koemelk. Bij een voedselallergie reageert het afweersysteem anders op een stof die normaal gesproken ongevaarlijk is. Zo'n stof noemen we een allergeen. De reactie van het afweersysteem kan heel verschillend zijn. Uw kind kan bijvoorbeeld huidklachten krijgen en/of klachten aan de luchtwegen, mond, keel, maag of darmen. De reactie volgt enkele minuten tot uren nadat uw kind met het allergeen in contact is geweest. Soms geeft een spoortje van het allergeen al een reactie. De regels en adviezen in deze folder kunnen u helpen om de juiste producten te kiezen voor uw kind.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/voeding-vrij-van-melk-voedingsadviezen

Dieetadviezen allergie kippenei

Bij een allergie voor kippenei mag uw kind geen voeding gebruiken waar kippenei of sporen van kippenei in zit.

Kippenei allergie is een niet normale reactie van het afweersysteem op het eiwit in kippenei. Bij een voedselallergie reageert het afweersysteem anders op een stof die normaal gesproken ongevaarlijk is. Zo'n stof noemen we een allergeen. De reactie van het afweersysteem kan heel verschillend zijn. Uw kind kan bijvoorbeeld huidklachten krijgen en/of klachten aan luchtwegen, mond, keel, maag of darmen. De reactie volgt enkele minuten nadat uw kind met het allergeen in contact is geweest. Soms geeft een spoortje van het allergeen al een reactie. De regels en adviezen in deze brochure kunnen u helpen om de juiste producten te kiezen voor uw kind.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/dieetadviezen-allergie-kippenei

Dieetadviezen allergie noten

Bij een allergie voor noten mag uw kind geen voeding gebruiken waar noten of sporen van noten in zitten.

Notenallergie is een abnormale reactie van het afweersysteem op het eiwit in noten. Bij een voedselallergie reageert het afweersysteem anders op een stof die normaal gesproken ongevaarlijk is. Zo'n stof noemen we een allergeen. De reactie van het afweersysteem kan heel verschillend zijn. Uw kind kan bijvoorbeeld huidklachten krijgen en/of klachten aan luchtwegen, mond, keel, maag of darmen. De reactie volgt enkele minuten tot uren nadat uw kind met het allergeen in contact is geweest. Soms geeft een spoortje van het allergeen al een reactie. De regels en adviezen in deze folder kunnen u helpen om de juiste producten te kiezen voor uw kind.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/dieetadviezen-allergie-noten

Dieetadviezen allergie pinda

Bij een allergie voor pinda's mag uw kind geen voeding gebruiken waar pinda's in zitten.

Een pinda allergie is een abnormale reactie van het afweersysteem op het eiwit in pinda. Bij een voedselallergie reageert het afweersysteem anders op een stof die normaal gesproken ongevaarlijk is. Zo'n stof noemen we een allergeen. De reactie van het afweersysteem kan heel verschillend zijn. Uw kind kan bijvoorbeeld huidklachten krijgen en/of klachten aan de luchtwegen, mond, keel, maag of darmen. De reactie volgt enkele minuten nadat uw kind met het allergeen in contact is geweest. Soms geeft een spoortje van het allergeen al een reactie. De regels en adviezen in deze folder kunnen u helpen om de juiste producten te kiezen voor uw kind.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/dieetadviezen-allergie-pinda

Voedingsadviezen bij het prikkelbaar darmsyndroom

Veel patiënten merken dat er een verband is tussen wat ze eten (voedingspatroon) en het krijgen van buikklachten.

Gezonde voeding

Voor iedereen, dus ook voor mensen met PDS- klachten, geldt de algemene richtlijn (https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2015/11/04/richtlijnen-goede-voeding-2015) Gezonde Voeding.

Meer tips over gezonde voeding en voorbeeldmenu's kunt u vinden op de website van het Voedingscentrum (https://www.voedingscentrum.nl/nl.aspx).

Met behulp van de vezelcalculator (https://www.mlds.nl/hoe-gezond-is-jouw-buik/artikelen/vezelmeter-vezelrijk/) kunt u

berekenen hoeveel voedingsvezels u per dag nodig heeft

Diëtist

Een relatie tussen het krijgen van klachten en bepaalde voedingsmiddelen kan per persoon verschillen. Begeleiding en een persoonlijk advies van een ervaren eerstelijns diëtist kan u verder helpen. Sommige diëtisten zijn gespecialiseerd in voeding bij buikklachten. U vindt ze hier:

- www.pdsb.nl (https://www.pdsb.nl) (PDS belangenvereniging)
- www.dinett.nl (https://www.dinett.nl)
- www.nvdietist.nl (https://www.nvdietist.nl)

Eliminatiedieet bij het prikkelbaar darmsyndroom

Bij een eliminatiedieet laat u stapje voor stapje voedingsstoffen weg uit uw dieet.

Zo probeert u er achter te komen welke voeding van invloed kan zijn op uw klachten. Een diëtist kan hierbij helpen. Veel patiënten merken een verband tussen hun voedingspatroon en het krijgen van buikklachten. Het kan ook zijn dat u denkt dat voeding van invloed is op uw buikklachten, maar dat u niet kunt ontdekken of dat om een specifiek voedingsmiddel gaat.

FODMAP-dieet bij het prikkelbaar darmsyndroom

FODMAP staat voor:

- Fermenteren (het vergisten van voeding door darmbacteriën)
- Oligosacchariden, zoals fructanen/fructooligosacchariden (o.a. in granen en groenten) en galactanen/galactooligosacchariden (o.a. in peulvruchten)
- Disacchariden, zoals lactose (te vinden in melk)
- Monosacchariden, zoals fructose (te vinden in fruit)
- Polyolen, zoals sorbitol (te vinden in gezoete producten)

Deze FODMAPS zijn restanten van koolhydraten in de voeding die we eten. Bij het verteren ontstaan er stoffen en gassen die ervoor kunnen zorgen dat buikklachten verergeren.

U start bij dit dieet met een eliminatiefase. Dat houdt in dat u veel FODMAP-rijke producten weglaat uit uw dieet. Het is verstandig om u te laten adviseren door een diëtist die hierin gespecialiseerd is.

Na ongeveer 4 tot 6 weken gaat u stap voor stap de FODMAP-rijke producten weer toevoegen. Wanneer u opnieuw klachten krijgt, zijn deze producten mogelijk van invloed op uw klachten.

Het volgen van een FODMAP-dieet is intensief. Het vraagt veel tijd en aandacht om een dieet op te stellen op grond van uw klachten en te kijken of dit dieet bij u past. Vaak moet u meerdere keren voor een afspraak komen voordat het duidelijk is of een bepaalde aanpassing effect heeft.

Meer informatie

Op www.fodmap-dieet.nl (https://www.fodmap-dieet.nl) of www.fodmapdieet.nl (https://www.fodmapdieet.nl) (samenwerking met Martiniziekenhuis) vindt u informatie over het dieet.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/voedingsadviezen-bij-het-prikkelbaar-darmsyndroom

Voedingsdagboek kinderen

In het voedingsdagboek houdt u bij wat uw kind dagelijks eet en drinkt. Daardoor weet de diëtist welke voeding uw kind normaal gebruikt en hoeveel.

Door deze gegevens kan de diëtist berekenen of de voeding van uw kind compleet is of dat uw kind bepaalde voedingsstoffen

moet aanvullen. Het is de bedoeling dat u het voedingsdagboek één weekenddag en drie (=dag 1, 2,3) doordeweekse dagen bijhoudt. Schrijf zo precies mogelijk op wat uw kind eet en drinkt. Daarna stuurt u het volledig ingevulde voedingsdagboek terug naar de polikliniek Kindergeneeskunde of de diëtist van uw kind. In het 'Voedingsdagboek' leest u precies hoe u dit dagboek moet invullen.

Bekijk het voedingsdagboek (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2018-12/DIE-047%20Voedingsdagboek%20eetteam.pdf)

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/voedingsdagboek-kinderen

Poliklinieken en afdelingen

Kindergeneeskunde

Kinderartsen behandelen ziekten bij kinderen. Ook proberen ze te voorkomen dat stoornissen in de groei of ontwikkeling van het kind optreden.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/kindergeneeskunde

Diëtetiek

De diëtisten zijn gespecialiseerd in voeding bij ziekte en leefstijl, voor jong en oud.

http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/dietetiek

Code KIN-127

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis