

Allergiforebyggelse



Indhold

Hvem får allergi?	3
Hvad er allergi?	3
Hvor kommer allergien fra?	3
Arvelige risikofaktorer	4
Hvor stor er risikoen for at udvikle allergi hos barnet?	5
Gode råd til at forebygge allergiudvikling	6
Spædbarnets omgivelser	6
Hvad er Nutramigen 1?	6
Introduktionstips til Nutramigen 1	7
Hygiejne	7
Tilberedning af Nutramigen 1	7

VIGTIGT:

Brystmælk er spædbarnets bedste ernæring. Hvis amningen afbrydes, kan det være svært at begynde at amme igen og indtag af modermælkserstatning kan mindske tilgangen af brystmælk.

Man bør tænke på fordelene ved amning inden modermælks-erstatning introduceres. Det er meget vigtigt at følge instruktionerne om tilberedning. Fejlagtig håndtering kan påvirke barnets helbred. Forældre skal altid informeres af sundhedspersonale.

Hvem får allergi?

Forekomsten af allergi er stigende. Mange forskellige ting kan udløse en allergisk reaktion. Risikoen for allergi afhænger af såvel arvelige faktorer som miljøfaktorer.

I denne lille folder kan du hente information om arveligheden af allergi, "omgivelsernes påvirkning" og nogle råd, som gør dig bedre i stand til at håndtere nogle af risikofaktorerne for dit nyfødte barn.

Hvad er allergi?

Allergi er en overreaktion i immunsystemet, som er vores krops forsvarsmekanisme. Et sundt immunsystem reagerer, når det udefrakommende kan være "farligt" (f.eks. virus, bakterier).

Når man får en allergisk reaktion sker der det, at immunsystemet tager fejl og genkender noget harmløst som noget "farligt" (f.eks. pollen, husstøvmider eller visse fødevarer).

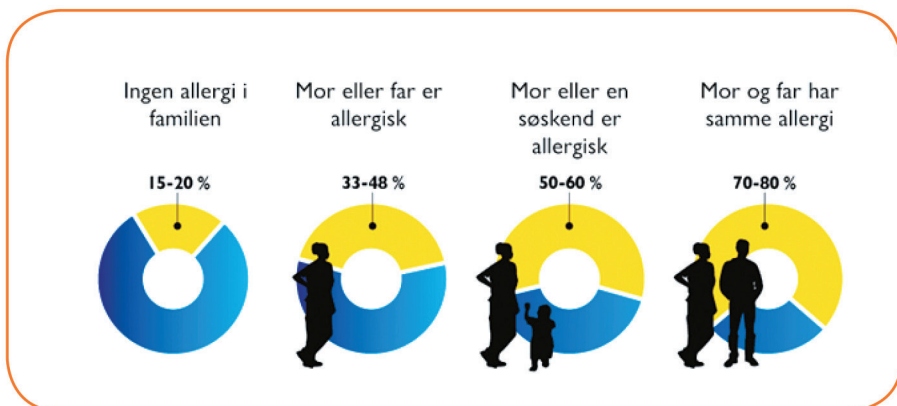
En allergisk reaktion kan f.eks. ses på huden (eksem), i maven (gylpen/opkastning, diarré) eller i luftvejene (astma/høfeber).

I spædbarnsalderen udløses disse allergiske reaktioner hyppigst af komælksproteinet, som barnet får enten i almindelig modermælks-erstatning, vælling eller overgangskost.

Hvor kommer allergien fra?

Alle børn kan få allergi, men sandsynligheden for at et barn udvikler allergi afhænger af, hvor meget allergi der er i barnets familie.

Arvelige risikofaktorer



Ref.: Neaville et al. (2003) J. Allergy Clin Immunol, 112, 740-6. Halcken, S. (2004) Pediatr Allergy Immunol, 15 Suppl. 16, 4-5, 9-32.

Der er mange forskellige faktorer i omgivelserne, som kan forvirre immunsystemet og forøge sandsynligheden for allergi.

For et lille barn er mælkeprotein en vigtig risikofaktor, men også tobak, luftforurening og dårligt indeklime udgør risikofaktorer for allergi-udvikling.



Hvor stor er risikoen for at udvikle allergi hos barnet?

Allergidisposition betyder lægedokumenteret allergisk sygdom hos forældre eller søskende. Ved allergisk sygdom forstås her sygdommene:

	Mor	Far	Søskende
Lider du/eller har du lidt af lægedokumenteret astma ?	Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Lider du/eller har du lidt af lægedokumenteret høfeber ?	Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Lider du/eller har du lidt af lægedokumenteret fødevareallergi ?	Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Lider du/eller har du lidt af lægedokumenteret atopisk eksem (børneeksem)?	Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej

Risikoen for allergiudvikling hos barnet er øget, hvis mor/far eller ældre søskende har eller har haft en af ovennævnte allergiske sygdomme.

Visse former for allergier tæller IKKE med, når den arvelige disposition for allergi vurderes:

- Reaktioner mod nikkel hverken ved hudkontakt eller efter indtagelse
- Enkeltstående tilfælde af nældefeber
- Reaktioner mod parfume

Gode råd til at forebygge allergiudvikling hos dit barn

Sundhedsstyrelsen og WHO anbefaler, at du ammer dit barn i minimum 6 måneder.

Hvis dit barn har øget risiko for allergiudvikling og brystmælken ikke rækker – undgå da en almindelig modernælkserstatning – og brug i stedet en dokumenteret højt hydrolyseret modernælkserstatning som Nutramigen 1 de første 4 måneder.

Undgå fast føde/overgangskost, indtil dit barn er 6 måneder gammelt (dette gælder også vælling).

Spædbarnets omgivelser

- Undgå at barnet udsættes for tobaksrøg.
- Et godt indeklima – grundig ugentlig rengøring (med klud og spand), hovedrengøring mindst 1 gang om året.
- Luft ud 3 gange dagligt med gennemtræk i 5-10 minutter.
- Det er vigtigt at holde boligen tør, så forsøg at begrænse fugtgivende aktiviteter, som at tørre tøj indendørs.

Hvad er Nutramigen 1?

Nutramigen 1 er en dokumenteret højt hydrolyseret modernælkserstatning, hvor mælkeproteinet er fuldstændig spaltet til mindre ”stykker” (=hydrolyse).

Jo bedre proteinet i mælken er spaltet, jo mere sikker er man på, at produktet ikke kan fremkalde allergi.

- Det hele protein findes i både almindelige modernælkserstatninger, grød-produkter, vællinger og almindelige mælkeprodukter fx. sødmælk.
- Når proteinet er ”fuldstændig spaltet” som i Nutramigen 1, kan det bruges til at forebygge allergi eller behandle påvist komælksproteinallergi.

Introduktionstips til Nutramigen 1

Da Nutramigen 1 er baseret på spaltet mælkeprotein, adskiller den sig i lugt og smag fra både brystmælk og almindelig modermælkserstatning.

Tal med en sundhedsfaglig person (læge, diætist og sundhedsplejerske) om introduktionen til Nutramigen 1.

Instruktioner for tilberedning og anvendelse



1. Vask hænderne grundigt. Rengør flasker, sutter, låg og andet tilbehør i vand og kog det i 5 minutter.



3. Tilsæt det ønskede antal **strøgne** doseringsmål. Opbevar den **tørre** måleske i dåsen.



2. Kog rent vand. Afkøl til spisetemperatur. Hæld den ønskede mængde vand i en rengjort flaske.



4. Luk flasken, rul den mellem hænderne og **ryst den godt** indtil pulveret er helt opløst. Kontrollér temperaturen på indersiden af håndledet.

Frisk tilberedt erstatning i flaske kan enten varmes i vandbad eller i flaskevarmer.

OBS! Pas på opvarmning i mikroovn da opvarmningen kan blive ujævn. Ryst derfor flasken grundigt. Da færdig tilberedt erstatning hurtigt kan fordærves, skal den spises inden for 2 timer (inden for 1 time fra påbegyndt måltid). Erstatning, som bliver til overs, skal smides ud. Det anbefales at blande til et måltid ad gangen, såfremt barnet er for tidlig født, har lav fødselsvægt eller har medfødte immundefekter. Til det raske barn født til tiden gælder dette også i barnets første 2 levemåneder. Når det raske barn er blevet 2 måneder, kan man blande en større mængde Nutramigen blanding, som så kan opbevares i køleskab i max. 24 timer ved 2-4 °C. Rengør alt tilbehør omhyggeligt.

Yderligere information kan fås ved kontakt til:

Amalie Grut Dahl
Produktspecialist Sjælland
Tlf.: 53 55 15 35

Mette Korshøj Adsbøl
Produktspecialist Fyn og Jylland
Tlf.: 30 65 55 94

Se også www.nutramigen.dk

Nutramigen kan købes på apoteket.



ABIGO Pharma A/S
Stengårdsvej 25, 4340 Tølløse
Tel: 4649 8676

Vi støtter WHO's anbefaling om,
at brystmælk er spædbarnets bedste ernæring.