



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 til brystmælk.

Man bør tænke på fordelene ved amning inden modermælkserstatning 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 udefra kommende" 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).

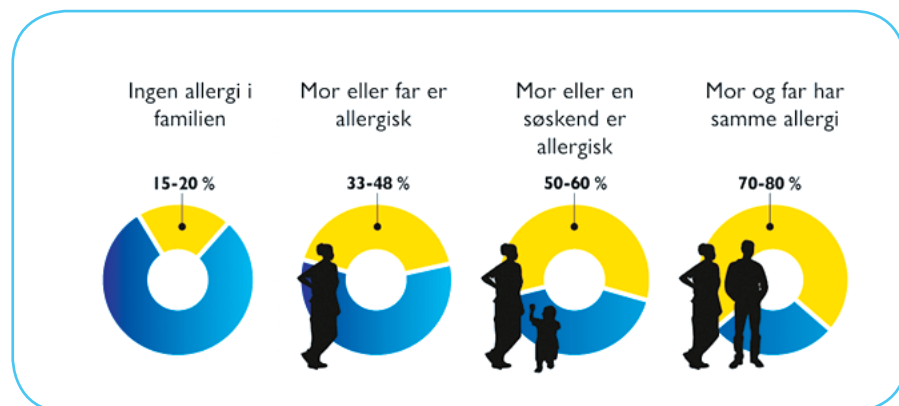
En allergisk reaktion kan f.eks. ses på huden (eksem), i maven (gylpen/opkastning, diarre) eller i luftvejene (astma/høfeber).

I spædbarnsalderen udløses disse allergiske reaktioner hyppigst af ko-mælksproteinet, som barnet "møder" enten i almindelig modermælkserstatning, 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.: Neville 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 indeklima udgør risikofaktorer for allergiudvikling.



Hvor stor er risikoen for at udvikle allergi hos barnet?

Hvilke allergier tæller med, når arvelig disposition for allergi vurderes?

		Mor	Far	Søskende
Lider du/eller har du lidt af flerårig, lægediagnosticeret, behandlingskrævende allergisk sygdom som f.eks. høfeber, herunder symptomer fra næse og/eller øjne?:	- Forår og sommer - Ved kontakt med visse kæledyr - Ved kontakt med husstøvmider	Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Lider du/eller har du lidt af flerårig, lægediagnosticeret, behandlingskrævende allergisk sygdom som f.eks. astma?		Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Har du/eller har du haft en flerårig, lægediagnosticeret, behandlingskrævende fødevareallergi?		Ja/nej	Ja/nej	Ja/nej
Har du/eller har du haft en flerårig, lægediagnosticeret, behandlingskrævende 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 modermælkserstatning – og brug i stedet en dokumenteret ikke allergifremkaldende modermælkserstatning som Nutramigen 1 de første 4 måneder.

Undgå fast føde/overgangskost, indtil dit barn er 4 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/år.
- Luft ud 3 gange dagligt med gennemtræk i 5-10 minutter.
- Vigtigt at holde boligen tør, så forsøg at begrænse fugtgivende aktiviteter, som at tørre tøj indendørs.

Hvad er Nutramigen 1?

Nutramigen 1 er en ikke allergifremkaldende modermælkserstatning, hvor mælkeproteinet er fuldstændigt 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 modermælkserstatninger, grødprodukter, vællinger og almindelige mælkeprodukter fx. sødmælk.
- Når proteinet er "fuldstændigt spaltet" som i Nutramigen 1, kan den 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, sundhedsplejerske m.v.) om introduktionen til Nutramigen.

Hygiejne



1 Vask hænderne omhyggeligt med sæbe og vand før tilberedning af erstatningen.



2 Rengør og kog flasker, sutter, låg og anden tilbehør mindst 1 min.

Tilberedning af Nutramigen 1



1. Kog vandet mindst 1 min. og afkøl til spisetemperatur før tilberedning.



2. Hæld den ønskede mængde afkølet vand i flasken. Tilsæt pulveret.



3. Luk flasken. Rul først flasken mellem hænderne og ryst den derefter grundigt til pulveret er helt opløst. Kontroller temperaturen ved at dryppe lidt erstatning på indersiden af håndleddet.

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 grader °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 vores hjemmeside
mediqdanmark.dk eller meadjohnson.dk

Nutramigen 1 kan købes hos:

Mediq Danmark A/S
Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby, Tlf. 3637 9130

eller på apoteket



Committed to your care

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

Referencer: Sundhedsstyrelsens
"Anbefalinger for spædbarnets ernæring 2006"
og Astma-Allergi Danmark.

* Trademark of Mead Johnson & Company ©2012
Mead Johnson & Company. All rights reserved.