

Liten vägledning för ammande mammor till barn med misstänkt mjölkallergi

INTRODUKTION

Om man misstänker att komjölk är orsaken till barnets symptom kan det ibland vara aktuellt att du som ammar ska undvika alla mjölkprodukter under en period. Detta beror på att komjölksprotein passerar över i bröstmjök och kan i vissa fall orsaka besvär hos spädbarn som är känsliga för komjök.

ELIMINATION (dvs att utesluta komjök ur kosten)¹

Hur länge kosten behöver vara mjölkfri är individuellt och bör ordinerars av läkare eller dietist. Tiden beror vanligtvis på barnets symptom och bör hållas så kort som möjligt, men tillräckligt lång för att kunna bedöma om symptomen förbättras eller inte.

Rekommendationen är att avlägsna komjölksprotein ur kosten under minst 2 veckor och upp till 4 veckor vid symptom som eksem, diarré, magsmärta och blod i avföringen.

Om symptomen inte förbättras är det inte troligt att det är komjölken som barnet reagerar på, men det finns naturligtvis undantag. Rådgör med din läkare eller dietist.

ÅTERINTRODUKTION

Om barnets symptom har förbättrats/försvunnit kan du som ammar börja återinföra mjölkprodukter i små mängder. Återintroduktionen är individuell och det finns ingen standardiserad metod för hur man bäst går tillväga, men de flesta förslag går ut på att man provar med en mindre mängd och sedan ökar upp över tid.

VECKA 1. Börja med att äta mjölkbaserat matfett, såsom smör eller margarin.

VECKA 2. Gå vidare med att äta maträtter som innehåller mjök, t ex sås gjord på mjök.

VECKA 3. Prova sedan att lägga till 2 skivor ost per dag.

VECKA 4. Nästa steg är att du utökar med 1 dl fil, yoghurt eller mjök per dag.

Intaget av mjölkprodukter ökas sedan till samma mängd som tidigare.

Det finns också de som väljer öka snabbare och ökar upp till normalt intag inom en månad och andra väljer att direkt prova med någon deciliter mjök per dag. Prata med läkare eller dietist om lämplig upptrappning.



NY REAKTION?

Om barnet reagerar återgår du som ammar till att äta den mindre mängd mjölkprodukt som barnet eventuellt tolererade (eller helt komjölkfritt om så krävs). För att säkerställa ditt näringsintag bör du få en bra genomgång av den mjölkfria kosten, gärna av en dietist, samt eventuellt supplementering med kalcium.

www.nutramigen.se



Viktigt: Abigo och Mead Johnson Nutrition stöder WHO:s rekommendationer om att bröstmjolk är spädbarnets bästa föda. Nutramigen är ett livsmedel för speciella medicinska ändamål och skall endast användas på inrådan av läkare eller dietist.



ABIGO Medical AB, Ekonomivägen 5, 436 33 ASKIM, Sweden
Kundtjänst: +46 8 586 33 500

Referens: 1. Vandenplas med flera. Guidelines for the diagnosis and management of cow's milk protein allergy in infants. Arch Dis Child 2007;92:902-908.

© 2015 Mead Johnson & Company, LLC.
Alla rättigheter förbehållna.

*Trademark of Mead Johnson & Company, LLC.