

Wat is eczeem en hoe ontstaat een voedselallergie



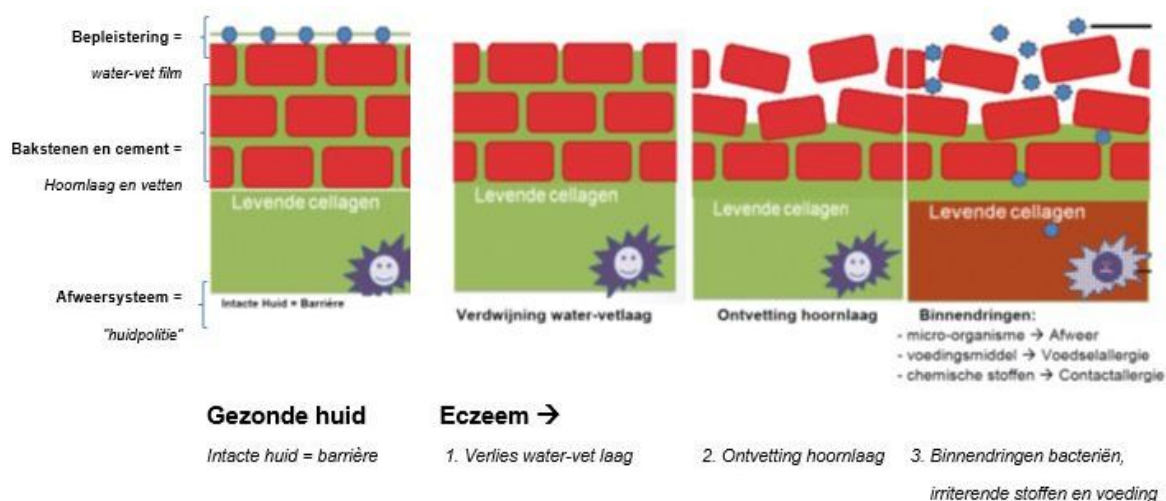
Samenvatting

- Eczeem is een ontstekingsreactie van de huid die ontstaat door een kapotte huid barrière en een gevoelig afweersysteem.
- De oorzaak voor de verstoorde huid barrière is erfelijk.
- Er zijn vele oorzaken voor verergering van de eczeem: de belangrijkste op jonge leeftijd zijn de virusinfecties, stress en koortsperiodes. Dit geeft toename van roodheid en schilfering.
- Kinderen met eczeem op dieet zetten is gevaarlijk: voeding uit de omgeving kan via de kapotte en ontstoken huid binnen komen. Hierdoor kan zich een voedselallergie ontwikkelen. Dit kan alleen voorkomen worden door het voedingsmiddel te eten. Onterecht een kind op dieet zetten kan een levenslange voedselallergie veroorzaken.

Wat is eczeem?

Eczeem is een huidziekte waarbij jeuk en rode schilfering van de huid de belangrijkste kenmerken zijn. 10-15% van de kinderen onder 4 jaar in Nederland heeft eczeem. Van deze kinderen met eczeem heeft op 6-jarige leeftijd nog 20% eczeem. Op de volwassen leeftijd is dit nog 10%.

Eczeem is een bouwfout van de huid: de huid is verhoogd doorlaatbaar. Dit komt omdat de huid de vetten onvoldoende vast kan houden. Vetten zijn onderdeel van het "cement" tussen de huidcellen. Eczeem is als een bakstenen muur met verkruid cement: de huid sluit niet meer 100% af. Hierdoor kunnen er huid bacteriën en irriterende stoffen naar binnen dringen. Ook verdampst er veel vocht uit de huid. Hierdoor wordt de huid rood en droog. Bij een rode huid met jeuk is er sprake van een ontstekingsreactie in de huid.



Het "verkruidde cement" komt door erfelijke factoren: de ingrediëntenlijst van het cement komt voor de helft van vader en voor de helft van moeder. Hier kan niets meer aan veranderd worden. Daarom kun je de aanleg voor eczeem niet "wegsmoren". Naast de verstoorde huid barrière hebben mensen met eczeem ook de gevoeligheid om makkelijk allergische reacties te maken. Dit geeft grotere kans op voedselallergie, hooikoorts en astma.

Wat is eczeem en hoe ontstaat een voedselallergie



Wat zorgt er voor opvlamming van eczeem?

Eczeem is een ontstekingsreactie van de huid. Als het afweersysteem aangezet wordt, gaan de eczeemcellen meedoen in deze reactie. Hierdoor wordt het eczeem erger. Dit betekent dat eczeem opvlamt bij elke virus/bacterie infectie of koortsperiode. Ook kunnen huid bacteriën bestaand eczeem erger maken, omdat ze door de kapotte huid een ontstekingsreactie geven. Dit ziet eruit als "nat" eczeem, vaak met gele korsten. Bij oudere kinderen en volwassenen kunnen stress of een inhalatieallergie (pollen, huisstofmijt) ook een rol spelen. Soms kunnen we geen duidelijke reden vinden.

Wordt eczeem door een voedselallergie veroorzaakt?

Nee, eczeem wordt niet veroorzaakt door een voedselallergie. De kapotte huid barrière en de activering van het afweersysteem in de huid zorgen voor het eczeem.

Wel is het zo dat kinderen met eczeem makkelijker een voedselallergie kunnen krijgen. Dit komt omdat voedingsresten vanuit de omgeving (bijvoorbeeld pinda of ei) in de ontstoken eczeem huid terecht komt. Als dat voedingsmiddel nog niet gegeten wordt, weet het lichaam nog niet dat het voeding is. Dit heeft tot gevolg dat voeding in de eczeemhuid als lichaamsvreemd herkend kan worden. Dit veroorzaakt een afweer-reactie tegen voeding waarbij er afweerstoffen gemaakt worden. Dit geeft acute reacties: galbulten, zwelling van het gezicht, benauwdheid, acuut en hevig braken en soms ook bewustzijnsdaling. De huidreactie ziet er anders uit dan eczeem. Ook bij een allergische reactie wordt het afweersysteem aangezet, dus bestaand eczeem kan na een allergische reactie opvlammen.



De huidreactie bij een voedselallergie: galbulten (netelroos/urticaria) en zwelling van oogleden of lippen (angio-oedeem)

Wat is de behandeling van eczeem?

De behandeling van eczeem is met vette crème en met ontstekingsremmende crème (corticosteroid crème/hormoonzalf). De vette crème (zoals onder andere vaseline-cetomacrogol, vaseline-lanette, vaseline-paraffine, koelzalf) zorgt ervoor dat de voegen met het "verkrumelde cement" weer opgevuld worden en voorkomt uitdrogen van de huid. Het behandelt echter niet de ontstekingsreactie in de huid. Hier is een ontstekingsremmende crème of zalf voor nodig (zoals onder andere hydrocortison, triamcinolon, mometason (elocon), emovate).

Veel ouders zijn bang om de ontstekingsremmende crème te smeren omdat er verhalen de ronde doen dat de huid er dun van wordt. Bij gebruik van een "finger-tip unit" (FTU) smeerschema wordt er niet teveel gesmeerd. Vraag uw arts dus om een FTU schema voor goed gebruik van de ontstekingsremmende crème.

Hoe kan ik een voedselallergie bij een kind met eczeem voorkomen?

Wat is eczeem en hoe ontstaat een voedselallergie



Behandeling van eczeem met een ontstekingsremmende crème is belangrijk. Als voeding via de kapotte huid in een fors ontstoken huid terechtkomt, is de kans op een voedselallergie hoger dan als de huid niet ontstoken is.

Daarnaast is het belangrijk om *kinderen met eczeem zo min mogelijk op dieet te zetten*: ze moeten juist zo vroeg mogelijk pinda, kippenei en notenpasta's gaan eten om een allergie te voorkomen. Dit wordt bereikt door het voedingsmiddel via de darm binnen te laten komen. Zo weet het lichaam dat het voeding is. Als je eenmaal pinda of kippenei eet en blijft eten, is het heel lastig om nog een nieuwe allergie te maken. Het advies is om voor 8 maanden te starten met eten van pindakaas en kippenei. Meer informatie kunt u vinden in onze folder "De Pindapoli" of op <https://www.reinierdegraaf.nl/pindapoli>.