

ECZEEM EN VOEDSELALLERGIE

Inleiding

De arts heeft gezien dat jij last hebt van eczeem. Vaak wordt gezegd dat voeding invloed heeft op eczeem. Dat klopt niet en kan zelfs gevaarlijk zijn. In deze folder vertellen wij meer hierover en wat wel helpt.

Wat is eczeem?

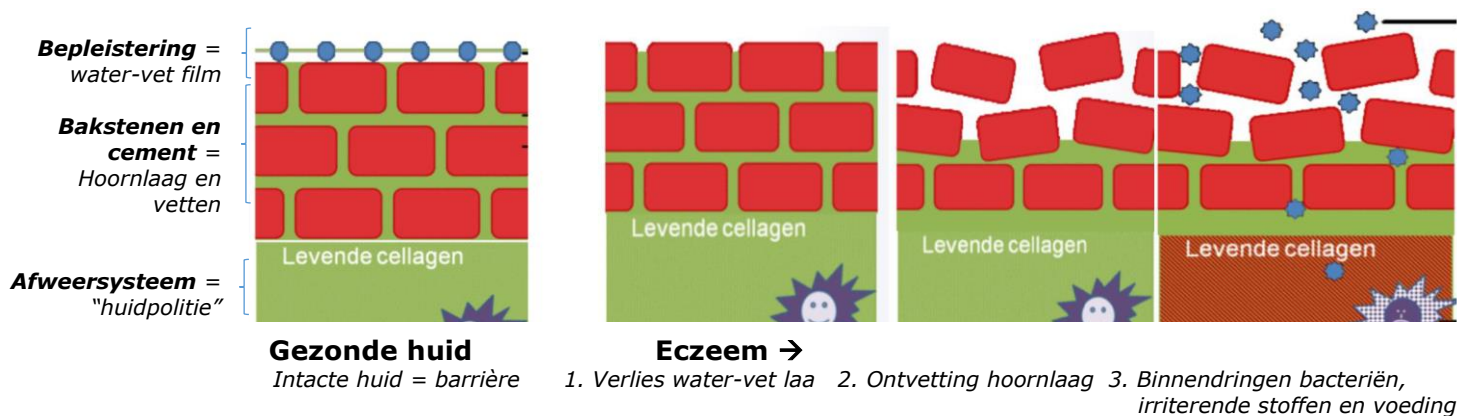
Eczeem is een veelvoorkomend huidprobleem. Bij Eczeem raakt de huid ontstoken, omdat de beschermende laag kapot is. Vaak is jouw afweersysteem ook te gevoelig. Dit komt vaak door erfelijke aanleg. Er zijn verschillende dingen die eczeem erger maken, vooral bij kinderen. Denk bijvoorbeeld aan virussen, stress en koorts. Vaak wordt dan de huid rood en gaat het schilferen.

Waarom is het volgen van een dieet gevaarlijk?

Voedseldeeltjes kunnen door de kapotte en ontstoken huid dringen, waardoor een voedselallergie kan ontstaan. Als jij onnodig op dieet gaat, dan kan dat zelfs leiden tot een levenslange voedselallergie. Dat willen wij natuurlijk voorkomen.

Het ontstaan van eczeem

Bij mensen met eczeem zit er een fout in de huid. De huid laat bij eczeem te gemakkelijk door. Dit komt omdat de huid de vetten niet goed vasthoudt. Je kunt de vetten vergelijken met cement tussen bakstenen en de muur van een huis. Bij eczeem is dat cement kapot. De huid sluit niet meer goed af. Hierdoor kunnen bacteriën en irriterende stoffen naar binnen dringen. Ook verdampt er veel vocht uit de huid. Daarom wordt de huid droog en rood. Als de huid rood is en jeukt, betekent dit dat er een ontsteking in de huid zit.



Het kapotte cement in de huid komt door erfelijke aanleg. Je krijgt de helft van het cement van je vader en de andere helft van je moeder. Je kunt dit niet veranderen. Hierdoor is eczeem niet zomaar weg te smeren. Mensen met eczeem hebben ook meer kans op allergische reacties. Dit kan als gevolg hebben een voedselallergie, hooikoorts of astma.

Wat maakt eczeem erger?

Eczeem is een ontstekingsreactie in de huid. Als ons afweersysteem actief is, doet eczeem ook mee en wordt het erger. Dus als je een virus, bacterie of koorts hebt, kan eczeem opspelen. Soms maken huidbacteriën eczeem nog erger, vooral als de huid al kapot is. Dan ziet het er nat uit, met gele korsten. Bij oudere kinderen en volwassenen kunnen stress of allergieën (hooikoorts of huisstofmijt) eczeem erger maken. Soms weten we niet waardoor je meer last krijgt van eczeem.

Krijg je eczeem door een voedselallergie?

Nee, eczeem komt niet door een voedselallergie. Het ontstaat door een beschadigde huidbarrière en een actief afweersysteem in de huid. Maar let op, kinderen met eczeem hebben wel meer kans op een voedselallergie. Dit komt doordat voedselresten van pinda's of eieren in de ontstoken eczeemhuid kunnen komen. Als je voedsel zoals pinda's nog nooit hebt gegeten, herkent je lichaam dit niet als eten. Dit kan leiden tot een reactie waarbij je lichaam denkt dat het vreemde stoffen zijn. Je lichaam maakt dan afweerstoffen aan. Deze afweerstoffen veroorzaken reacties. Bijvoorbeeld galbulten, zwelling van je gezicht, benauwdheid, hevig overgeven en soms het verlies van

bewustzijn. Dit ziet er anders uit dan eczeem. Ook kan het eczeem dat je al hebt, erger worden na een allergische reactie. Het afweersysteem wordt namelijk actief.

Behandeling van eczeem

We behandelen eczeem met 2 soorten crèmes. Een vette crème en ontstekingsremmende crème. De vette crème, helpt de beschadigde 'cementvoegen' in de huid te herstellen. Ook voorkomt de crème dat de huid uitdroogt. Het behandelt alleen niet de ontsteking in de huid. Hiervoor hebben wij de ontstekingsremmende crème nodig.

Sommige ouders maken zich zorgen dat de huid dunner wordt als ze de ontstekingsremmende crème gebruiken. Maar als jij de juiste hoeveelheid crème gebruikt, volgens ons meegegeven schema, dan zal dit niet gebeuren. We noemen dit schema ook wel het 'finger-tip unit (FTU) schema'.

Voorkomen voedselallergie

Het is belangrijk om eczeem te behandelen met een ontstekingsremmende crème. Als voedsel in de ontstoken huid terechtkomt, is de kans op voedselallergie groter dan wanneer de huid niet ontstoken is.

Ook is het belangrijk om kinderen met eczeem niet op dieet te zetten. Het is juist goed om ze vroeg pinda, kippenei en notenpasta's te laten eten. Zo voorkom je vaak een allergie. Als je eenmaal begint met het eten van pinda's of kippeneieren, is het moeilijker om een nieuwe allergie te ontwikkelen.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u contact opnemen met uw eigen huisarts of de (vaste) kinderarts. Voor de (vaste) kinderarts kunt u bellen naar de Polikliniek Kindergeneeskunde via 010 - 461 6225 (Gasthuis) of 010 - 893 0000 (Vlietland).

*Deze folder is tot stand gekomen in samenwerking met het Renier de Graaf Gasthuis.
December 2023*