

081111

## Födoämnesallergi hos barn och ungdomar

Förekomsten av allergiska sjukdomar har ökat dramatiskt de senaste 20-30 åren. Idag har 1/3 – 1/4 av alla barn någon form av allergisk sjukdom.

### **Indikationer för utredning:**

Det finns ingen lägsta ålder för allergiutredning! Alla med besvärande, ihållande eller recidiverande möjliga ”allergiska symtom” bör utredas.

Vi äter ca 100 ton livsmedel under en livstid.

25 % i en population upplever att de eller deras barn har någon form av födoämnesöverkänslighet.

Fördelning födoämnesallergi bland barnen (baserat på provokationer):

- 2-3 % av spädbarn
- 6-8 % av barn i förskoleålder
- 10-15 % av tonåringar (den höga siffran beror troligen på att tonåringar hunnit bli pollenallergiska och i och med detta har besvär av OAS, dvs. olika råa frukter och grönsaker som korsreagerar med pollen.)

Vanligast hos spädbarn och småbarn är mjölk och ägg. Hos äldre barn är nötter och jordnötter vanligast. Dessa födoämnen täcker ca 90 % av de akuta allergiska reaktionerna.

### **Komjölksallergi:**

- Vanligaste födoämnesallergin hos spädbarn är komjölksallergi, (2-5 %). Symtomen debuterar inom några minuter och upp till 2 timmar. Debuten sker vanligen vid 2 – 6 månaders ålder och prognosen är god – de flesta växer ut sin mjölkallergi före 3 års ålder.

Symtomen kommer från huden och mag-tarmkanalen, men även generella symtom som dålig viktuppgång, matvägran, andningsbesvär och anafylaxi (ca 5 %) kan förekomma.

### **Äggallergi:**

- Näst vanligaste födoämnesallergin hos små barn är äggallergi (1,6 – 3,2 %). Symtom kan debutera inom några minuter och upp till 2 timmar och är desamma som vid mjölkallergi. Majoriteten läker ut före skolstart. Barnen börjar först tåla tillagat ägg och därefter även rått ägg.

Barn med äggallergi kan vaccineras mot Mässling/Påssjuka/Röda hund som vanligt.

### **Jordnötsallergi:**

- Prevalensen på ca 1 procent har fördubblats sedan slutet av 80-talet. Ca 150 dödsfall i USA varje år beror på födoämnesallergi framförallt mot jordnöt. Ca 20 procent växer ur sin jordnötsallergi. Jordnöt finns ofta dold i andra matvaror, ibland som spårämngder. Jordnötsallergin kan ge svåra allergiska reaktioner, men även sensibilisering utan symtom kan förekomma.

**Nötallergi:**

Förutom hasselnöt har många nya nötter blivit vanligt förekommande på den svenska marknaden så som cashew, valnöt, pecan, pistage, paranöt mm.

Nötter är **inte** släkt med jordnötter.

Primär nötallergi kan ge svåra allergiska reaktioner, men vanligt är OAS – oral allergy syndrom = en korsallergi där björk är det primära allergenet. Dessa reaktioner brukar inte vara allvarliga.

**Andra allergen:**

- Vete – ovanligt men kan för de drabbade ge svåra reaktioner.
- Fisk – mycket ovanligt bland svenska barn. Vanligare hos vuxna.
- Soja – extremt ovanligt med isolerad sojaallergi.

**Vanligast hos tonåringar:**

nötter, jordnötter, parabjörk allergi

Parabjörk allergi = Klåda i mun och svalg av födoämnen som korsreagerar med pollen.

*Caroline Nilsson*

*Barnläkare*

*Med. Dr.*

*Sachska barnsjukhuset, Stockholm*