

## Contacten

**AFPRAL** (Association Française pour la Prévention des Allergies)  
<http://www.afpral.asso.fr>

**FAVV** (Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen)  
<http://www.favv.be/home-nl>

**CICBAA** (Cercle d'Investigations Cliniques et Biologiques en Allergologie Alimentaire)  
<http://www.cicbaa.org>

**CIRIHA** (Centrum voor Informatie en Onderzoek omtrent Voedselintolerantie en Hygiëne)  
<http://www.ciriha.org>

**EUFIC** (European Food Information Council)  
<http://www.eufic.org>

**FEVIA** (Federatie Voedingsindustrie)  
<http://www.fevia.be>

**Kind & Gezin** <http://www.kindengezin.be>

**NUBEL a.s.b.l.** <http://www.nubel.com>

**ONE** (Office de la Naissance et de l'Enfance)  
<http://www.one.be>

**Prévention des allergies a.s.b.l.**  
<http://www.oasis-allergies.org>

**UPDLF** (Union Professionnelle des Diplômés en Diététique de Langue Française)  
<http://www.updlf-asbl.be>

**VBVD** (Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten)  
<http://www.dietistenvereniging.be>

### Realisatie : CIRIHA

(Centrum voor Informatie en Onderzoek omtrent Voedselintolerantie en -Hygiëne)

Tel./Fax : +32 (0)2 526 74 95

<http://www.ciriha.org>

E-mail : [info@ciriha.org](mailto:info@ciriha.org)

### Coördinatie : Ghislaine Dufourny

### Verantwoordelijke uitgever :

© 2014, Haute Ecole Lucia de Brouckère - CIRIHA  
Departement Toegepaste Voeding en Diëtetiek  
E. Gryzoonlaan 1, geb. 4C, gelijkvloers - 1070 Brussel



Centrum voor Informatie en Onderzoek  
omtrent Voedselintolerantie en -Hygiëne



# Voedsel- overgevoeligheid voor sulfieten



## Met de steun van

**Federale Overheidsdienst  
Volksgezondheid,  
Veiligheid van de Voedselketen  
en Leefmilieu**

*DG Dier, Plant en Voeding - Dienst  
Voedingsmiddelen,  
Dierenvoerders en andere  
Consumptiegoederen*

Eurostation II - 7de verdieping  
Victor Hortaplein 40, bus 10  
1060 Brussel

Tel.: +32 (0)2 524 73 51/52

Fax: +32 (0)2 524 73 99

E-mail: [apf.food@health.fgov.be](mailto:apf.food@health.fgov.be)

# Voedselovergevoeligheid voor sulfieten

## Wat zijn sulfieten ?

Sulfieten zijn additieven met **E-nummers 220 tot 228**.

Ze kunnen worden gebruikt als conserveermiddelen en antioxidanten in voedingsmiddelen en in geneesmiddelen. Sulfieten worden in veel andere domeinen ook toegepast wegens de interessante eigenschappen: in cosmetica, fotografische en radiografische ontwikkeling, in de textiel- en ledersector, bij minerale extractie, de behandeling van afvalwater, vervaardiging van papierpulp, en in fabrieken van chemische stoffen, bij de vervaardiging van rubber, in parenterale oplossingen, in zwembadwater...

Sulfieten worden in vele levensmiddelen als additief gebruikt.

## Sulfietenovergevoeligheid

Er worden verschillende reacties aan sulfieten toegeschreven. Ze zijn afhankelijk van het soort blootstelling (oraal, respiratoir of via de huid): urticaria, astma, buikpijn, krampen, misselijkheid, braken, diarree, jeuk, contactdermatitis of irritatie, gelokaliseerd angio-oedeem, anafylaxie, enz. Sulfietenovergevoeligheid komt vaker voor bij astmapatiënten die lijden aan rhinitis en/of nasosinus polyposis (vooral indien behandeld met cortico-therapie). Reacties werden bij gevoelige mensen waargenomen vanaf een dosis van 10 mg en zelfs bij een dosis van 1 mg bij de meest gevoelige personen.



## Wat doen wanneer sulfietenovergevoeligheid vermoed wordt ?

Men moet een specialist (allergoloog) raadplegen die verschillende tests zal uitvoeren om de diagnose te bevestigen of te weerleggen.

## Sulfieten gebruikt als voedseladditieven

**E 220** : zwaveldioxide

**E 221** : natriumsulfiet

**E 222** : natriumbisulfiet

**E 223** : natriummetabisulfiet

**E 224** : kaliummetabisulfiet

**E 225** : kaliumsulfiet

**E 226** : calciumsulfiet

**E 227** : calciumbisulfiet

**E 228** : kaliumbisulfiet

Het is mogelijk dat een persoon slechts op enkele van deze additieven reageert. De aandacht moet dan alleen gericht zijn op de sulfieten die bij hem reacties uitlokken.

## En indien de overgevoeligheid bevestigd wordt ?

Het enige wat men moet doen is blootstelling aan sulfieten vermijden, via de mond, de ademhaling, of de huid. De arts zal de graad van eliminatie in het dieet bepalen op basis van de individuele tolerantie.

## Hoe kan men een sulfietvrij dieet realiseren ?

Het lezen van de etiketten van voedingsmiddelen is een noodzakelijk stap om sulfieten te elimineren uit de voeding.

Men moet op zijn hoede zijn voor voedingsmiddelen en gerechten waarvan men de exacte samenstelling niet kent (bijvoorbeeld op restaurant, bij vrienden...).

## Onthoud dat :

Sulfieten volgens de wetgeving verplicht op de etikettering van levensmiddelen moeten vermeld worden als de concentratie minstens 10 mg/kg bedraagt.

Indien u naar het buitenland vertrekt weet dan dat u geconfronteerd wordt met termen, in de taal van het land dat u bezoekt (vb : sulfito, siarczyny, sulfite,...). De wetten kunnen buiten Europa anders zijn en daarom moet men vóór elke aankoop van een plaatselijk product informeren naar de regels voor de etikettering. Patiëntenverenigingen kunnen hierbij helpen.

Bovendien verschillen de plaatselijke gerechten en de gebruikte ingrediënten dikwijls van wat wij in onze streken gewoonlijk gebruiken.

Producten die sulfieten kunnen bevatten zijn onder meer alcoholhoudende dranken (wijn, bier,...), bloem, pasta, aardappelen (gedehydrateerd, geschild of bevroren), gedroogd fruit, sap van vruchten en groenten, suikergoed, levensmiddelen in blik of bokaal, enz...

## Bij twijfel kunt u zich beter onthouden !

De diëtist zal u ondersteunen en begeleiden bij uw voedselkeuzes om een evenwichtige en gevarieerde voeding te behouden.



Voor meer informatie, aarzel dan niet om de diëtisten van CIRIHA te contacteren !