

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 www.kindengezin.be

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

ONE (L'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. : +32 (0)2 526 74 90 - <http://www.ciriha.org>

E-mail : info@ciriha.org

Coördinatie : Ghislaine Dufourny

Verantwoordelijke uitgever :

© 2014, Haute Ecole Lucia de Brouckère - CIRIHA

Departement Toegepaste Voeding en Diëtetiek

E. Gryzonlaan 1, gebouw 4C, gelijkvloers - 1070 Brussel



Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires



HAUTE ECOLE
Lucia de Brouckère



federale overheidsdienst
VOLKSGEZONDHEID,
VEILIGHEID VAN DE VOEDSELKETEN
EN LEEFMILIEU

MET DE STEUN VAN

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

DG Dier, Plant en Voeding—Dienst
Voedingsmiddelen, Dierenvoeders en
andere Consumptiegoederen

Eurostation II—7de verdieping
Victor Horta plein 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

Pinda-allergie



Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires



federale overheidsdienst
VOLKSGEZONDHEID,
VEILIGHEID VAN DE VOEDSELKETEN
EN LEEFMILIEU



HAUTE ECOLE
Lucia de Brouckère

Wat zijn pinda's ?

De pinda of *Arachis hypogaea*, (ook *aardnoot* genoemd) is een peulvrucht die behoort tot de papilionaceae (of fabaceae), waartoe ook de erwt, soja, linzen, lupine en verschillende bonenvariëteiten behoren. Pinda's worden over heel de wereld gebruikt. Ze worden het meest in hun geheel verkocht (in de dop of gepeld). Gegrild worden ze natuur of gezouten gegeten. Men gebruikt ze ook onder vorm van pindaboter, pindakaas, meel en olie. Pinda's worden eveneens op grote schaal toegepast in de levensmiddelenindustrie om bepaalde voedingsmiddelen te verrijken met eiwitten.

Het gevaar van de pinda's in de allergieproblematiek komt door het gebruik ervan in de vervaardiging van samengestelde gerechten. In verborgen vorm of gemaskeerd zijn ze een potentieel gevaar voor personen met pinda-allergie.

Pinda-allergie

Pinda's kunnen gevaarlijk zijn voor allergische personen. Er kunnen zich verschillende symptomen voordoen, zowel bij kinderen als bij volwassenen. Ze treden vaak snel op (binnen de 30 minuten na blootstelling) en verschillen naar gelang de reacties te wijten zijn aan inhalatie van het allergeen of na inname. Er worden hoofdzakelijk volgende symptomen waargenomen: respiratoir (astma, rhinoconjunctivitis), op de huid (bv. eczeem, netelroos, oedeem) en gastro-intestinaal. Meer verontrustende tekens zoals anafylactische shock (zeer ernstige allergische reactie) kunnen zich eveneens voordoen en dan is dringende medische verzorging noodzakelijk.

Kruisallergieën

Er bestaan voornamelijk kruisallergieën tussen pinda's en noten, zoals walnoten, amandelen, pistache, hazelnoot, pecannoten, cashewnoten, macadamianoten of paranoten. Er zijn ook kruisreacties bekend met andere peulvruchten, met name met lupinen, die vaak tot bijzonder ernstige reacties leiden, ook minder vaak, met sojabonen en erwten. Men stelt eveneens een gelijktijdige sensibilisatie vast tussen pinda-allergie en de allergie voor berkenpollen.

Wat moet men doen als men een pinda-allergie vermoedt ?

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

En als de allergie bevestigd wordt ?

Het enige wat moet gebeuren is het verwijderen van alle voedselbronnen waarin pinda's aanwezig is. De arts zal beslissen, over de strengheid van het eliminatiedieet, afhankelijk van uw tolerantie, en hij zal misschien ook nog medicatie voorschrijven.



Hoe kan men een pindavrij dieet realiseren ?

Het lezen van de etiketten van voedingsmiddelen is een noodzakelijk stap om pinda's 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...).

Vraag informatie aan uw bakker vooraleer uw brood, fijne bakkerswaren, koekjes, of pasteigebak aan te ko-

Onthoud dat :

- Je in het buitenland andere termen kunt vinden op de etiketten, in de taal van het bezochte land (vb : arachis, beer nut, cacahouette, cacahuete, cacahuète, goober nut, goober pea, groundnut, Manila nut, monkey nut, ontjom, peanut, pindar, pistache de terre...). 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 kunnen de lokale gerechten en ingrediënten soms verschillen van deze die we meestal in ons land gebruiken, ze kunnen pinda's bevatten. Voorzichtigheid is dus geboden...
- Pas op voor sommige cosmetica, geneesmiddelen en andere farmaceutische bereidingen. Vraag advies aan uw arts/apotheker over hun samenstelling.

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 !