

## Överkänslighet/allergi mot komjök – barn - behandlingsriktlinje dietist

### Bakgrund

Allergi mot mjölk är tillsammans med ägg den vanligast förekommande allergin hos småbarn. Reaktion visar sig oftast vid övergången från bröstmjök till komjökshaltiga ersättningar, med kräkningar, diarré, kolik, eksem eller kliande hudutslag. I enstaka fall kan andningsbesvär förekomma. Det förekommer att barn reagerar på mjölkprotein i mammans bröstmjök.

Vid 3-4 års ålder har de flesta "vuxit ifrån" sin mjölkallergi. Få vuxna har kvar sin mjölkallergi.

Diagnos ställs efter misstänkt eller påvisad reaktion genom provokation/elimination, prick-och/eller rasttest.

Tremånaderskolik kan debutera vid några veckors ålder och hålla på till 3-4 månaders ålder. Samband med mammans mjölkintag har här uppmärksammats och om hon utesluter mjölkprodukter ur kosten under amningstiden kan ibland besvären lindras. Detta sker i samråd med BHV.

### Behandlingens syfte

Symptomfrihet/lindring. Adekvat tillväxt.

### Samverkande parter

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Jönköping/Huskvarna

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Eksjö

Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen Värnamo

Barnallergimottagningen Ryhov

Allergikonsulent Region Jönköping Malin Holmqvist

### Remissuppgifter

- Symtom, eventuell provtagning och om eventuell provokation är gjord.
- Information om andra sjukdomar och eventuella läkemedel.

### Behandling/Behandlingsmål

- En komjöksproteinfri kost enligt NNR.
- Ge vårdnadshavare/patient kunskap om livsmedel som bör undvikas och alternativ att ersätta dem med för att kunna uppnå näringsintag enligt Nordiska näringsrekommendationer (NNR).

- Vid behov förskrivning av mjölkfri ersättning via Sesam, LMN (i nuläget är Pepticate förstahandsval).

## Omfattning

En individuell kontakt med vårdnadshavare per telefon/besök på plats/digitalt vårdmöte, därefter uppföljning vid behov. Vid multipel födoämnesallergi erbjuda hjälp med information till barnomsorg, skola och fritids.

## Innehåll vid besöket:

- Individuell kostrådgivning enligt NNR med utgångspunkt från kostanamnesen.
- Informera om hydrolysat, ersättningsprodukter, informationsbroschyrer och annat material.
- Beräkning och rådgivning om kalciumbehov, både till den ammande kvinnan samt det äldre barnet.
- Vid behov ge råd om energiberikning.
- Råd om hur man tillreder och introducerar mjölkfria vällingar, grötar och andra livsmedel.
- Information om mjölkfria berikade grötar och vällingar som finns i livsmedelsbutik.
- Som ersättning till mejeriprodukter rekommenderas i första hand havres- respektive sojabaserade produkter under första levnadsåret. Risdryck rekommenderas först från sex års ålder.
- Märkningsregler, information om hur man tolkar ingrediensförteckningar.
- Information om bra appar.

## Patientmaterial

- Kostråd vid mjölkproteinallergi
- Bilder på mjölkfria alternativ
- Kalciuminnehåll i olika livsmedel
- Recept på mjölkfria grötar
- Återintroduktion av mjölk

## Referenser

Svenska Barnläkarföreningen, delförening för allergi och lungmedicin

Matallergi hos barn, 1177.se

Mjölkalergi (livsmedelsverket)

### Mer information

- Pepticate, Nutricia
- Althéra, Nestlé
- Nutramigen®, Abigo
- EnaGo
- Sinlac, Nestlé
- Semper
- FPIES, Svenska Barnläkarföreningen