

**Dermatologie**

# **Atopisch eczeem en voeding**

## **Belangrijke telefoonnummers**

### **Algemeen nummer UMCG**

**(050) 361 61 61**

vragen naar verpleegkundig consulent atopisch eczeem

### **Coördinatiecentrum Chronisch Zieken Noord Nederland (CCZ-NN)**

**(050) 361 24 17**

Deze brochure is tot stand gekomen in opdracht van:  
Expertise Centrum Eczeem en Arbeidsdermatosen van  
het Universitair Medisch Centrum Groningen, Coördinatie-  
centrum Chronisch Zieken Noord Nederland, Diëtetiek  
van het Universitair Medisch Centrum Groningen.

# Atopisch eczeem en voeding



## Inhoudsopgave

<b>Inleiding</b>	<b>5</b>
<b>Wat is voedselovergevoeligheid?</b>	<b>5</b>
Voedselallergie	5
Voedselintolerantie	6
Klachten bij voedselovergevoeligheid	7
<b>Wat is atopisch eczeem?</b>	<b>7</b>
<b>Voeding en atopisch eczeem</b>	<b>9</b>
Bij kinderen	9
Bij volwassenen	9
<b>Verskillende methoden om voedsel- overgevoeligheid op te sporen</b>	<b>10</b>
Bloedonderzoek	10
Intracutane test	10
Voedingsanamnese	10
Provocatietest	11
<b>Eliminatiediëten</b>	<b>11</b>
Voedselallergie of voedselintolerantie?	12
Diagnostisch eliminatiedieet	12
Verskillende provocatiemethoden	13
Therapeutisch eliminatiedieet	14
<b>Heeft een standaard-dieet zin bij volwassenen met eczeem?</b>	<b>14</b>
<b>Bij welke deskundigen kunt u terecht en hoe wordt u doorverwezen?</b>	<b>15</b>
<b>Gezonde voeding</b>	<b>16</b>

<b>Informatie en adressen</b>	<b>17</b>
Voedingscentrum	17
Stichting Voedselallergie	18
Vereniging voor Mensen met Constitutioneel Eczeem	18
Huidfederatie	19
Vereniging van Allergie Patiënten	19
<b>Aantekeningen</b>	<b>20</b>

## **Inleiding**

Dit informatieboekje is tot stand gekomen om een overzicht te geven over de mogelijke rol van voeding bij atopisch eczeem. Ingegaan wordt op problemen rondom voedselovergevoeligheid, de mogelijke rol van voeding bij atopisch eczeem bij zowel kinderen als volwassenen, verschillende testmogelijkheden om voedselovergevoeligheid op te sporen en gezonde voeding. Achter in dit boekje staat een adressenlijst met praktische adressen en telefoonnummers.

Over de rol van voeding bij atopisch of constitutioneel eczeem is nog veel onduidelijk. De ene deskundige beweert dat de voeding totaal niet van invloed is op het eczeem, terwijl er anderen beweren dat voeding wel degelijk van grote invloed kan zijn.

## **Wat is voedselovergevoeligheid?**

Voedselovergevoeligheid is een verzamelnaam voor alle ongewenste reacties van het lichaam op voedingsmiddelen die normaal geen reacties geven. Hieronder vallen zowel de allergische reacties (voedselallergie) als de niet-allergische reacties (voedselintolerantie). De reacties kunnen zeer uiteenlopend van aard zijn.

### **Voedselallergie**

Bij gezonde mensen zorgt het immuunsysteem voor het onschadelijk maken van binnendringende lichaamsvreemde stoffen. Bij mensen met een voedselallergie maakt het lichaam antistoffen tegen bestanddelen uit de voeding die normaal niet schadelijk zijn. Bijvoorbeeld tegen eiwitten die voorkomen in koemelk, kippenei of vis.

De eiwitten waar iemand allergisch voor is, noemen we allergenen. Bij voedselallergie beschouwt het lichaam deze allergenen als ziekmakende indringers die met antistoffen moeten worden

uitgeschakeld. Bij een voedselallergie treden reacties op een voedingsmiddel vaak direct na het eten op, maar ze kunnen ook enkele uren later nog optreden. Het zijn steeds eiwitten en eiwitachtige substanties uit de voeding die de allergie oproepen. Dergelijke stoffen komen in ieder natuurlijk voedingsmiddel in zekere mate voor. Koolhydraten en vetten uit de voeding kunnen zeer waarschijnlijk geen allergie veroorzaken.

Een aantal voedingsmiddelen geeft in de praktijk vaak problemen. Dit zijn onder andere:

- kippenei
- koemelk
- vis en schaaldieren
- noten/ pinda's
- soja

Naar schatting heeft 30 tot 40% van de kinderen met atopisch eczeem ook een voedselallergie. Hoe hoog dit percentage is bij volwassenen is niet bekend. Wel is het aantal volwassenen met een voedselallergie veel lager dan het aantal bij kinderen.

Bij mensen met atopisch eczeem is vaker een verhoogd Immuno-globuline E (IgE)-gehalte in het bloed. IgE is een antistof. Het IgE is bij deze mensen gericht op zogenaamde allergenen. Deze allergenen kunnen aanwezig zijn in de lucht, maar kunnen ook aanwezig zijn in de voeding.

### **Voedselintolerantie**

De klachten bij voedselintolerantie kunnen sterk lijken op die bij een voedselallergie. Ook bij voedselintolerantie wordt iemand ziek van bepaalde voedingsmiddelen, maar in tegenstelling tot voedselallergie is het immuunsysteem er niet bij betrokken.

Bij voedselintolerantie is er sprake van een drempel. Dit betekent dat bijvoorbeeld bij het eten van een stukje tomaat geen klachten ontstaan, maar dat wel klachten ontstaan als iemand een hele tomaat opeet. Het lichaam verdraagt bepaalde voedings-

middelen niet (intolerantie) en reageert hier op. Stoffen die een intolerantie kunnen geven, kunnen zowel natuurlijke voedselbestanddelen zijn als stoffen die kunstmatig aan de voeding zijn toegevoegd, zoals kleurstoffen of conserveringsmiddelen.

### **Klachten bij voedselovergevoeligheid**

De klachten die optreden bij voedselallergie en bij voedselintolerantie zijn veelal hetzelfde. Klachten kunnen zich voordoen aan:

#### *Ogen*

Gezwellen, ontstoken ogen en wallen

#### *Huid*

Eczeem, galbulten, jeuk en plotseling optredende rode vlekken op het lichaam

#### *Luchtwegen*

Benauwdheid, astma, zwelling van de mond- en keelholte en een loopneus of verstopte neus

#### *Maag-darmkanaal*

Braken, misselijkheid, buikpijn, diarree en obstipatie (verstopping)

## **Wat is atopisch eczeem?**

Atopisch eczeem is een erfelijke, chronisch recidiverende huidaandoening. Dat wil zeggen dat deze huidaandoening in bepaalde families meer voorkomt dan in andere, dat het eczeem gedurende een bepaalde periode in iemands leven in meer of mindere mate aanwezig is en dat het telkens terugkomt.

De aandoening is sterk wisselend wat betreft ernst en gaat vaak met hevige jeuk gepaard. Er zijn dus perioden met weinig klachten en perioden waarin het eczeem op de voorgrond staat. Het eczeem is vaak gelokaliseerd in de elleboogsplooiën en knieholtes.

Atopisch of constitutioneel eczeem wordt door meerdere factoren bepaald. Vaak lijden naaste familieleden aan

allergische aandoeningen. Het komt vooral op kinderleeftijd voor, maar kan tot op hoge leeftijd blijven bestaan. Iemand met atopisch eczeem kan ook lijden aan astma en/of hooikoorts. We spreken dan over een atopische aanleg.

Bij een atopische aanleg is er sprake van een ontregeling van het afweersysteem (immuunsysteem). Gevolg hiervan is dat het afweersysteem antistoffen aanmaakt tegen stoffen uit de leefomgeving, zoals bijvoorbeeld huisstofmijt, huisdieren en pollen. Hierdoor ontstaat een allergie voor deze stoffen. Iemand zonder deze atopische aanleg maakt geen antistoffen aan hiertegen en wordt dus ook niet allergisch.

Zoals eerder al genoemd heten deze antistoffen IgE. Deze antistoffen zijn gericht op allergenen uit de omgeving maar kunnen dus ook gericht zijn op voeding.

Enkele voorbeelden van allergenen zijn:

- huisstofmijt
- dierlijke of menselijke huidschilfers
- graspollen
- voedselbestanddelen

Deze allergenen hoeven echter niet allemaal relevant te zijn voor het verloop van het eczeem, het meest relevant zijn de huisstofmijt en de voedselbestanddelen.

Een atopie is een overgeërfde neiging om een vorm van allergie te ontwikkelen voor bovengenoemde allergenen. Komt iemand met een atopie in contact met een allergeen dan kan het lichaam dit allergeen opnemen en er antistof-IgE tegen maken.

Het antistof-IgE bindt zich aan een mestcel. Mestcellen zijn cellen die zich bevinden in de slijmvliezen van neus, luchtwegen, darmen en in de huid. Ze bevatten schadelijke stoffen (onder meer histamine) die normaal gesproken binnen in de cel blijven. Na de binding van het antistof IgE met de mestcel is iemand gevoelig gemaakt voor een bepaalde stof, dit noemt men sensibilisatie. Komt deze persoon een volgende keer weer in

contact met deze stof dan zal het antistof-IgE deze herkennen en aan zich binden. De mestcel zal nu uit elkaar vallen en er zullen verschillende stoffen vrijkomen, waaronder histamine. Door het vrijkomen van bijvoorbeeld histamine kunnen verschillende verschijnselen optreden zoals astma, urticaria (galbulten), oedeem (vochtophopping), eczeem en jeuk.

## **Voeding en atopisch eczeem**

### **Bij kinderen**

De belangrijkste aanwijzing dat voeding een rol kan spelen bij het ontstaan van atopisch eczeem, wordt gezien bij zuigelingen en kleuters. Bij deze groep komt het atopisch eczeem vaak in combinatie met een voedselallergie voor. In een groep kinderen (320) met ernstig atopisch eczeem werd door middel van een onderzoek bij 63% een voedselallergie aangetoond.

Een voedselallergie bij kinderen kan zich uiten in huidproblemen, zoals een opleving van het eczeem of urticaria (galbulten), maar ook in maag-darmklachten, ademhalingsmoeilijkheden en andere algemene klachten.

Een dieet, vrij van koemelkeiwit, kan bij kinderen die hiervoor een aangetoonde allergie hebben resulteren in een verbetering van het eczeem. De belangrijkste voedselallergenen bij kinderen zijn koemelk, kippenei, pinda, tarwe, soja en vis.

### **Bij volwassenen**

Bij volwassenen met atopisch eczeem ziet men meer een allergie tegen plantaardige voedselallergenen, zoals diverse groente-, noten- en fruitsoorten. Soms leidt het gebruik van de betreffende voedingsmiddelen tot jeuk en zwelling van de lippen en mondholte. In een enkel geval veroorzaakt het urticaria (galbulten) en oedeem.

Een allergie voor voedsel van dierlijke herkomst (koemelk, kippeneiwit) is relatief zeldzaam op volwassen leeftijd.

## **Verschillende methoden om voedselovergevoeligheid op te sporen**

Hoe groot de rol is die voeding speelt bij het ontstaan en voortduren van atopisch eczeem is een van de meest omstreden onderwerpen. Via het maag-darmkanaal kunnen verschillende stoffen het lichaam binnendringen, die op hun beurt het eczeem positief of negatief beïnvloeden. Sommige mensen met atopisch eczeem kunnen heel duidelijk aangeven dat bepaalde voedingsmiddelen hun eczeem verergeren. Om uit te vinden op welke voedingsmiddelen mensen reageren kunnen verschillende methoden worden gebruikt. De verschillende testmethoden kunnen alleen gedaan worden als het eczeem 'rustig' is.

### **Bloedonderzoek**

In het bloed kan gekeken worden naar zogenaamde IgE-antistoffen die gericht zijn tegen een bepaald voedingsmiddel. Zijn er grote hoeveelheden specifiek IgE-antistof in het bloed aanwezig, dan kan dit een aanwijzing zijn voor een voedselallergie.

### **Intracutane test**

Er kan een kleine hoeveelheid van het voedsel in een vloeistof worden opgelost en in de huid worden ingespoten. Ontstaat er na het inspuiten een bultje, zoals bij een muggensteek, dan wordt dit als een aanwijzing gezien dat de persoon overgevoelig is voor de ingespoten stof.

Deze twee testen zijn echter niet 100% betrouwbaar bij kleine kinderen en worden niet snel gedaan.

### **Voedingsanamnese**

Een goede voedingsanamnese is bij voedselallergie en -intolerantie onmisbaar. Deze anamnese wordt afgenomen aan de hand van een uitgebreide vragenlijst. Met behulp van een voedingsanamnese wordt geprobeerd de samenhang te vinden tussen de klachten van

de patiënt en de gebruikte voeding. In het geval van een eventuele voedselovergevoeligheid wordt een zeer uitgebreide voedingsanamnese afgenomen. Er wordt gevraagd naar de merken die gebruikt worden en de exacte hoeveelheden.

### **Provocatietest**

Zijn bovengenoemde methoden uitgevoerd dan kan worden overgegaan tot een provocatietest om de diagnose vast te stellen. Deze provocatietest is de meest betrouwbare methode om een diagnose te kunnen stellen. Hierbij wordt zowel met het 'verdachte' voedingsmiddel als ook met een placebo geprobeerd de allergische reactie op te wekken ('provoceren'). Een placebo is een middel dat in uiterlijk en smaak geheel overeenkomt, maar niet het verdachte voedingsmiddel bevat. Zowel de arts als de patiënt zijn niet op de hoogte welke van de twee producten gegeven wordt. Op deze manier kan worden uitgezocht welke voedingsmiddelen het eczeem/de klachten verergeren.

U moet zich echter wel realiseren dat niet alleen de voeding een rol speelt, maar dat er meerdere factoren van invloed zijn (zoals eerder genoemd). Vaak is het een combinatie van factoren die het eczeem doet verergeren. Benadrukt moet worden dat ook bij een aangetoonde voedselallergie het atopisch eczeem niet per definitie hoeft te verdwijnen met een adequaat dieet, juist omdat er dus meerdere factoren een rol spelen.

### **Eliminatiediëten**

Als blijkt dat een bepaald voedingsmiddel het eczeem kan verergeren, laten patiënten dit al snel weg uit de voeding. Dit kan voedingsdeficiënties tot gevolg hebben. Dit betekent dat er een tekort ontstaat aan bepaalde voedingsstoffen in de voeding. De diëtist kan in overleg met de patiënt richtlijnen geven voor een

zogenaamd eliminatiedieet. Dit is een dieet waarbij het bewuste voedingsmiddel wordt weggelaten.

### **Voedselallergie of voedselintolerantie?**

Bij een *voedselallergie* is het nodig het allergeen voor 100% uit de voeding te elimineren (weglaten). Wanneer weinig gangbare voedingsmiddelen, zoals bijvoorbeeld mosselen, het allergeen bevatten, kan eliminatie beperkt blijven tot een aantal voedingsmiddelen en is eliminatie eenvoudig. Zodra het allergeen voorkomt in alledaagse voedingsmiddelen (ei, melk, brood enz.) en in industrieel bewerkte producten wordt dit gecompliceerd.

Bij *voedselintolerantie* is eliminatie van een of enkele voedingsmiddelen meestal niet toereikend, maar dienen hele groepen voedingsmiddelen met gemeenschappelijke eigenschappen te worden geëlimineerd.

### **Diagnostisch eliminatiedieet**

Een eliminatiedieet kan zowel een *diagnostisch* als een *therapeutisch* middel zijn.

Het *therapeutisch eliminatiedieet* betekent het weggelaten van de voedingsmiddelen die de klachten veroorzaken uit de dagelijkse voeding (zie verderop in dit hoofdstuk).

Een *diagnostisch eliminatiedieet* wordt gebruikt om na te gaan of een bepaald voedingsmiddel een rol speelt bij het ontstaan van de klachten. Hiertoe wordt het voedingsmiddel waarvan wordt vermoed dat het klachten veroorzaakt weggelaten uit de voeding. Als de klachten vervolgens verbeteren, is dit een aanwijzing dat het geëlimineerde voedingsmiddel een aandeel kan hebben in het veroorzaken van de klachten.

In de praktijk is dit diagnosticeren erg moeilijk. Vaak is niet duidelijk welk voedingsmiddel de klachten veroorzaakt. Ook is het niet altijd eenvoudig om een bepaald voedingsmiddel volledig uit de voeding te elimineren; met name als het gaat om stoffen die in

veel producten voorkomen, zoals melk of tarwe. Verder worden sommige ingrediënten vanuit technologisch oogpunt verwerkt in producten en deze zijn dan 'onverwacht' toch in de voeding aanwezig. Voorbeelden hiervan zijn conserveringsmiddelen en smaakversterkers.

Nadat het diagnostisch eliminatiedieet is gevolgd gaat men provoceren. Hiermee wordt onderzocht wat er gebeurt als het bewuste voedingsmiddel weer wordt ingenomen; komen de klachten weer terug? Op deze manier is met meer zekerheid te zeggen dat het betreffende voedingsmiddel daadwerkelijk de klachten veroorzaakt. Eventueel kan hierna worden overgegaan op een therapeutisch eliminatiedieet.

### **Verschillende provocatie-methoden**

Provocatie heeft als doel te onderzoeken of na het innemen van een voedingsmiddel klachten ontstaan, om zodoende een diagnose te kunnen stellen. Dit onderzoek kan op verschillende manieren gebeuren:

- *Open provocatie*  
Het voedingsmiddel wordt in zijn natuurlijke vorm gegeven.
- *Blinde provocatie*  
Bij dit onderzoek is alleen de arts op de hoogte welk voedingsmiddel aan de patiënt is toegediend. Deze methode is geschikt voor zuigelingen en als een ernstige reactie wordt verwacht.
- *Dubbelblinde provocatie*  
Hierbij wordt naast het bewuste voedingsmiddel ook met een placebo geprovoceerd. Zowel de patiënt als de arts zijn niet op de hoogte welk product gegeven wordt.

De voorkeur gaat uit naar dubbelblinde provocatie.

Het provoceren kost veel geduld van zowel de arts als de patiënt. Treden er klachten op na inname van een bepaald voedingsmiddel, dan moet er gewacht worden met de introductie

van een nieuw voedingsmiddel totdat de klachten zijn verdwenen. Op deze manier kan men achterhalen voor welk voedingsmiddel iemand overgevoelig is.

### **Therapeutisch eliminatiedieet**

Na de provocatie kan worden overgegaan op het *therapeutisch eliminatiedieet*. Dit betekent het weglaten van de voedingsmiddelen die de klachten veroorzaken uit de dagelijkse voeding. Bij ernstige klachten is het volgen van een eliminatiedieet absoluut noodzakelijk.

Het weglaten van een enkel voedingsmiddel hoeft op zich geen onvolwaardige voeding tot gevolg te hebben. Als het echter een belangrijk ingrediënt betreft zoals melk, ei of tarwe, een ingrediënt dat in veel producten is verwerkt, of als meerdere producten vermeden moeten worden kan dit wel degelijk problemen opleveren wat betreft de volwaardigheid van de voeding. Vaak is dan de hulp van een diëtist noodzakelijk bij het samenstellen van een dieet, omdat het dieet volwaardig, gevarieerd en praktisch uitvoerbaar moet zijn.

## **Heeft een standaard-dieet zin bij volwassenen met eczeem?**

Vaak wordt de stelling ingenomen dat bij een volwassene met atopisch eczeem in principe een standaard (eliminatie)dieet *niet* noodzakelijk is. In tegenstelling tot vrij uitgebreide literatuur over voedselallergie bij kinderen met atopisch eczeem is hierover bij volwassenen nog weinig bekend.

Bij zuigelingen gaat het vooral om allergieën voor koemelkeiwit, kippenei-eiwit en pinda's. Gewoonlijk verdwijnt de koemelkallergie voor het derde levensjaar, terwijl de overgevoeligheid voor kippenei in belangrijke mate vermindert op de leeftijd van 10-20 jaar. Nieuwe allergenen worden dan belangrijk: fruit- en groentesoorten, diverse kruiden en specerijen. Aan de andere kant

blijft allergie voor pinda, erwten, sojabonen en meelsoorten evenals vis vaak gedurende jaren ongewijzigd.

Bij volwassenen komen voedselallergieën minder frequent voor dan bij kinderen. Behalve reacties op voedsel kunnen ook kruisreacties optreden. Dit kunnen reacties zijn tussen inhalatie-allergenen (bijvoorbeeld huisstofmijt) en voedselbestanddelen. Er kunnen veel verschillende kruisreacties optreden. Bijvoorbeeld patiënten die overgevoelig zijn voor berkenpollen zijn dat vaak ook voor fruit en groenten. Er bestaan kruisreacties tussen berkenpollen, appel en noten (met name hazelnoten), alsook tussen berkenpollen, aardappel, andere fruitsoorten en wortelen.

Gezien het individueel sterk variërende karakter van voedselallergie bij volwassenen met atopisch eczeem is een eliminatiedieet nooit hetzelfde. Sowieso is het zinvol bij een bestaande voedselallergie bij volwassenen te kijken in hoeverre deze allergie relevant is voor het verloop van het eczeem.

### **Bij welke deskundigen kunt u terecht en hoe wordt u doorverwezen?**

In eerste instantie komt u bij de huisarts, deze zal u doorverwijzen naar een dermatoloog (huidarts). In het ziekenhuis wordt de diagnose 'atopisch eczeem' gesteld en kan een eventuele behandeling worden gestart.

Atopisch eczeem kan door verschillende invloeden van buitenaf worden verergerd. Wanneer allergie een rol speelt dan kunt u, door uw huisarts of dermatoloog, worden doorverwezen naar een allergoloog. Een allergoloog is een deskundige op het gebied van allergieën. U kunt eveneens worden doorverwezen naar een diëtist. Een diëtist kan in overleg met de dermatoloog/allergoloog en uzelf een dieetvoorschrift opstellen om te proberen de klachten te verminderen.

In Utrecht is het Allergiecentrum, hier zijn verschillende specialisten werkzaam die gespecialiseerd zijn in allergieën. In het Allergiecentrum worden ook mensen met atopisch eczeem behandeld. Hier kunt u terecht via een verwijzing van uw huisarts of specialist. Het bezoek aan de specialist en verpleegkundige van het Allergiecentrum wordt vergoed door het ziekenfonds, maar het bezoek aan de diëtist wordt in de meeste gevallen niet vergoed. Wanneer u particulier bent verzekerd is het raadzaam contact op te nemen met uw verzekeringsmaatschappij om te informeren of deze een behandeling in het Allergiecentrum vergoedt.

## **Gezonde voeding**

Van oudsher heeft de mens zich bezig gehouden met de relatie voeding en gezondheid. Met het stijgen van de welvaart kreeg men meer belangstelling voor de gevolgen van een teveel aan bepaalde stoffen: (verzadigde) vetten, suiker en alcohol. De zogenaamde welvaartsziekten zoals hart- en vaatziekten, adipositas (vetzucht), suikerziekte, cariës en kanker werden in verband gebracht met een overdadige voeding.

Voor iedereen is een gezonde, volwaardige voeding van groot belang en zeker voor mensen met atopisch eczeem. Mensen met atopisch eczeem kunnen reageren op alcohol of overmatig kruidengebruik. Door deze stoffen kunnen bloedvaatjes verwijden, waardoor er kans bestaat op een toename van de jeuk. Met het verbeteren van uw dagelijkse voeding bereikt u niet alleen dat uw lichaamsgewicht op peil blijft, maar ook zult u minder gevoelig zijn voor allerlei kwaaltjes.

Het voorlichtingsbureau voor de voeding heeft de brochure 'Top 10 voor lekker en gezond' uitgegeven, waarin het belang van een gezonde voeding naar voren komt. In deze brochure worden tien punten besproken die kunnen bijdragen aan een gezonde levensstijl:

1. Eet gevarieerd
2. Let op vet
3. Eet ruimschoots brood en aardappelen
4. Eet volop groente en fruit
5. Houd uw gewicht op peil
6. Wees zuinig met zout
7. Drink veel, maar wees voorzichtig met alcohol
8. Eet niet de hele dag door
9. Ga hygiënisch en veilig met uw voedsel om
10. Lees wat er op de verpakking staat

Deze folder is te bestellen via het voedingscentrum. Het adres is te vinden in de adressenlijst.

## **Informatie en adressen**

### **Voedingscentrum**

In het Voedingscentrum zijn de taken en werkzaamheden geïntegreerd van:

- Stuurgroep Goede Voeding
- Landelijk Informatiecentrum Voedselovergevoeligheid (LIVO)
- Stichting Voeding Nederland
- Voorlichtingsbureau voor de Voeding (VOVO)

Het Voedingscentrum is een onafhankelijke, objectieve en betrouwbare bron van informatie. Het richt zich op consumenten en patiënten en werkt samen met wetenschap, overheid, maatschappelijke organisaties, handel, industrie, onderwijs en iedereen die zich beroepshalve bezig houdt met voorlichting over voeding en met voedselbereiding.

Het adres van het Voedingscentrum is:

Postbus 85 700

2508 CK Den Haag

[www.voedingscentrum.org](http://www.voedingscentrum.org)

Bezoekadres: Eisenhowerlaan 108, Den Haag

Algemeen telefoonnummer: (070) 306 88 88

Voor vragen over voedselovergevoeligheid is de Allergietelefoon/  
LIVO-informatielijn bereikbaar op werkdagen van 10.00 tot 13.00  
uur, telefoonnummer (070) 306 88 90. E-mail:  
[allergietelefoon@vc.agro.nl](mailto:allergietelefoon@vc.agro.nl)

### **Stichting Voedselallergie**

De Stichting Voedselallergie (SVA) behartigt de belangen van mensen met voedselovergevoeligheid (voedselallergie en -intolerantie). Zij geeft voorlichting, organiseert contactgroep-bijeenkomsten en informatie-avonden en stimuleert wetenschappelijk onderzoek. Het adres van de SVA is:

Langestraat 5d

3860 AE Nijkerk

[www.stichtingvoedselallergie.nl](http://www.stichtingvoedselallergie.nl)

e-mail: [info@stichtingvoedselallergie.nl](mailto:info@stichtingvoedselallergie.nl)

De SVA is telefonisch bereikbaar op werkdagen tussen 9.00 en 13.00 uur op het nummer (033) 465 50 98.

### **Vereniging voor Mensen met Constitutioneel Eczeem**

De Vereniging voor Mensen met Constitutioneel Eczeem (VMCE) behartigt de belangen van mensen met constitutioneel eczeem. Ook organiseert de VMCE lotgenotencontactgroepen en oudercontactgroepen en geeft ze het tijdschrift 'GAAF' uit. Het adres van de VMCE is:

Speelkamp 28

3831 PE Leusden

[www.huidfederatie.nl/vmce](http://www.huidfederatie.nl/vmce)

### **Huidfederatie**

De huidfederatie is een samenwerkingsverband van patiënten-organisaties die zich allen richten op mensen met huidaandoeningen. Deze instantie geeft ook diverse folders over huidklachten uit en verstrekt informatie via de Huid-Infolijn.

Het adres van de Huidfederatie is:

Jansbuitensingel 32 I

6802 DA Arnhem

[www.huidfederatie.nl](http://www.huidfederatie.nl)

e-mail: [huidfederatie@hollandonline.com](mailto:huidfederatie@hollandonline.com)

De Huid-Infolijn is bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur  
telefoonnummer (026) 351 41 60.

### **Vereniging van Allergie Patiënten**

De Vereniging van Allergie Patiënten (VAP) behartigt de belangen van mensen met allergieën. Ook organiseert de VAP themasymposia en lotgenotencontacten en geeft ze elk kwartaal een tijdschrift (VAP-blad) uit.

Het adres van de VAP is:

Postbus 21

1949 ZG Wijk aan Zee

[www.vap-nederland.nl](http://www.vap-nederland.nl)

## **Aantekeningen**

## **Colofon**

### **Vormgeving**

Eden, Amsterdam

### **Lay-out**

Gravis Ontwerpers, Groningen

### **Zetwerk**

Letter & Lijn bv, Groningen

©

Universitair Medisch Centrum  
Groningen, Bureau Voorlichting,  
Groningen 2005.

Niets uit deze uitgave mag worden  
overgenomen zonder  
uitdrukkelijke toestemming van  
Bureau Voorlichting UMCG.

