

17 nov 2022 -05:49

Voedselallergie? Laat je geen zinloze testen aansmeren!

Meer dan een kwart van de bevolking lijdt vandaag de dag aan een of meerdere allergieën. Vooral voedselallergieën zijn in de lift, zeker bij kinderen. Een correcte diagnosestelling verloopt echter vaak moeilijk. Patiënten hebben onrealistische verwachtingen en een gebrek aan essentiële kennis. Sommige artsen ontbreken dan weer de expertise om de gepaste testen voor te schrijven, de complexe resultaten ervan te interpreteren en een correcte diagnose te stellen. Dit leidt al te vaak tot foutieve behandelingen, waarbij te strenge eliminatiediëten bijvoorbeeld kunnen leiden tot nieuwe gezondheidsproblemen. De Hoge Gezondheidsraad beveelt dan ook aan om steeds een arts te betrekken die gespecialiseerd is in voedselallergieën.

Voedselallergie vs. -intolerantie

Voedselovergevoeligheden komen voor in alle leeftijdsgroepen. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen voedselallergieën, die het gevolg zijn van een ongepaste reactie van het immuunsysteem, en voedselintoleranties, waarbij andere biologische mechanismen actief zijn. Naargelang het voedingsmiddel en het individu kunnen de symptomen van deze overgevoeligheden gelijkaardig zijn, maar de mogelijke gevolgen ervan zijn dat niet. Allergieën kunnen zeer ernstige reacties uitlokken en zelfs een fatale afloop hebben.

Commerciële testen

Analytische laboratoria worden steeds vaker gesolliciteerd om voedselallergieën te testen. Dat er tegenwoordig meer allergieën voorkomen kan hier natuurlijk aan de basis van liggen, maar de Hoge Gezondheidsraad stelt ook vast dat er meer testen worden uitgevoerd die geen bewezen waarde hebben. Commerciële laboratoria over de hele Europese Unie bieden momenteel breedschalige testen aan waarvan geclaimd wordt dat het betrouwbare tools zijn voor de diagnose van voedselallergieën, maar dat is meestal niet het geval. Daarnaast vinden patiënten ook steeds sneller hun weg naar controversiële testen op het internet, zoals onder andere IgG-testen, testen op basis van bioresonantie, haaranalyses en noem maar op. Deze testen zijn vrij verkrijgbaar, maar vaak duur en hebben sowieso geen bewezen wetenschappelijke basis. De interpretatie van de resultaten is absoluut niet eenvoudig en gebeurt bovendien zelden door een gespecialiseerde arts. De simplistische voorstelling van deze testen schept de illusie dat voedselallergieën te reduceren zijn tot één oorzaak en gevolg, maar vaak is de realiteit veel complexer dan dat.

Foutieve diagnose

De behandelende gezondheidswerker moet in staat zijn om de juiste vragen te stellen aan de patiënt en daaraan gepaste testen kunnen koppelen die deze bevindingen kunnen staven of ontkrachten. Een correcte analyse en vergelijking met resultaten uit eventuele aanvullende tests, zoals huidtesten en orale voedselprovoCATietesten, moeten zo tot de juiste diagnose leiden. Ongepaste testen, misleidende interpretaties en gebrek aan kennis leiden echter tot foutieve diagnoses. De patiënt maakt zich daardoor onnodig ongerust en probeert (soms dure) eliminatiediëten vol te houden die zijn of haar levenskwaliteit niet ten goede komen en kunnen uitmonden in (soms dure) bijkomende onderzoeken. Bovendien kunnen onnodige restrictieve diëten leiden tot voedingstekorten, wat vooral bij voor opgroeiende kinderen voor problemen zorgt.

Aanbevelingen

Als je vermoedt dat je overgevoelig bent voor bepaalde voedingsmiddelen, ga dan in de eerste plaats langs bij je huisarts. Hij of zij kan dan alvast een eerste inschatting maken van de symptomen en bij verdenking van een allergie doorverwijzen naar een specialist in de allergologie. Om een correcte diagnose voor de patiënt te verzekeren, presenteert de Hoge Gezondheidsraad de volgende aanbevelingen:

1. IgG-testen hebben geen plaats in de correcte diagnose van voedselovergevoeligheden. Totale IgE-testen leveren op zichzelf ook geen relevante informatie.
2. Specifieke IgE-testen op basis van voedselextracten in combinatie met een klinische evaluatie kunnen bepaalde voedselallergieën bevestigen.
3. Laat de selectie, analyse en interpretatie van testen over aan gespecialiseerde artsen met een grondige theoretische en klinische expertise in de allergologie.
4. Vergroot het bewustzijn rond de onzin en gevaren van misleidende laboratoriumtesten (online en offline) bij het vermoeden van een voedselallergie, zowel bij het brede publiek als in de medische gemeenschap.

[Ga naar het volledige advies](#)

Hoge Gezondheidsraad
Victor Hortaplein 40/10
1060 Brussel
België
+32 2 524 97 97
<http://www.hgr-css.be>

Sofie Verdoodt
Communicatieverantwoordelijke
+3225249105
+32478731183
sofie.verdoodt@health.fgov.be

Fabrice Péters
Algemeen Coördinator
+32 486 31 47 59
+32 2 524 91 74
fabrice.peters@health.fgov.be