

Allergeneninformatie voor gehospitaliseerde patiënten

Bij opname wordt aan de hand van een anamnese-formulier geïnformeerd naar gekende allergieën.

Bij ziekenhuisopname meld je een bestaande voedingsallergie of –intolerantie best nog even aan de verpleging of logistiek assistent, die de informatie bezorgt aan de diëtisten. Je maaltijdkaart zal aangepast worden zodat je steeds aangepaste en allergenvrije maaltijden krijgt.

Het is belangrijk dat je duidelijk doorgeeft of het over een **allergie of een intolerantie** gaat.

De diëtiste is elke dag aanwezig tussen 8u15 en 16u als je bijkomende informatie wil verkrijgen.

Allergeneninformatie voor bezoekers van de cafetaria

Heb je vragen bij de bereidingen in de cafetaria of bij de producten die in de cafetaria verkocht worden? Hiervoor kan je steeds de (chef)kok aanspreken of een medewerker van het cafetariapersoneel.

Meer weten?

Wij hopen van harte dat deze brochure je wegwijs gemaakt heeft.

Indien je graag bijkomende informatie wenst, dan kan een diëtiste steeds langskomen. Wend je hiervoor tot de verpleging.

Een aangenaam verblijf en een vlot herstel toegewenst.

Informatiebrochure allergenen



Regionaal Ziekenhuis
Heilig Hart Leuven
Naamsestraat 105
3000 Leuven



Datum van laatste afwerking: juli 2017

Allergenen

Volgens een Europese richtlijn uit 2014 moet elke aanbieder van voedingsmiddelen allergeneninformatie geven over zijn producten. Voor mensen met een voedselallergie of intolerantie zal het hierdoor eenvoudiger worden om te achterhalen welk voedsel welke allergenen bevat.

Met deze brochure willen we je extra informatie geven i.v.m. de meest voorkomende allergenen.

Wat is het verschil tussen een voedselallergie en een voedselintolerantie

Een **allergie** is een foutieve reactie van het afweersysteem. Het lichaam beschouwt een onschuldig eiwit ("allergeen") als gevaarlijk en maakt hiertegen antistoffen aan.

Een overreactie van het afweersysteem kan symptomen van uiteenlopende ernst veroorzaken met ernstige en zelfs dodelijke gevolgen.

Het is dus de bedoeling bij een voedselallergie de voedingsmiddelen die allergenen bevatten volledig te vermijden.

Een **intolerantie** wordt niet geïnitieerd door het immuunsysteem. Concreet houdt een intolerantie in dat je bepaalde voedingsmiddelen niet kan verdragen.

Bijvoorbeeld, bij personen met een lactose-intolerantie is er een tekort of afwezigheid van het enzym (laktase) dat noodzakelijk is voor de vertering. Soms is een kleine inname wel mogelijk zonder reactie. Dan is er een bepaalde tolerantie voor dit voedingsmiddel.

De 14 belangrijkste voedingsallergenen



1. Glutenbevattende granen: gluten zijn eiwitten in tarwe, rogge, gerst, spelt en kamut. (vaak verontreinigde soorten: haver, zemelen en zetmeel).



2. Schaaldieren: garnalen, krab, kreeft, scampi, langoustines en zeevruchten.



3. Eieren en producten op basis van eieren: eidooier en wit van ei in taart, pudding...



4. Vis en visproducten: o.a in sauzen, bijvoorbeeld Worcestershiresaus.



5. Aardnoten en producten op basis van aardnoten: pinda's, pindaakaas, arachideolie, saté...



6. Soja en producten op basis van soja: sojamelk, tofoe, tempeh, vegetarische burgers...



7. Melk (inclusief lactose): melk, boter, kaas, yoghurt, flan, ...van alle diersoorten: koe, geit, schaap, buffel...



8. Noten: amandelen, hazelnoten, walnoten, cashewnoten, pecannoten, paranoten, pistachenoten, macadamianoten.



9. Selderij: alle types; groene selder, witte selder, knolselder,... Alle producten die selder bevatten (bouillonblokjes, kruidenmengelingen, charcuterie,...)



10. Mosterd en producten op basis van mosterd: sauzen, mayonaise, marinades...



11. Sesamzaad en producten op basis van sesam: falafel, humus,...



12. Zwaveldioxide en sulfiet: conserveringsmiddelen van E220 tot E228 (wijn, gedroogd fruit...)



13. Lupine en producten op basis van lupine: wordt gebruikt o.v.v. meel in brood- en banket.



14. Weekdieren: schelpdieren maar ook inktvis (mosselen, oesters, zeeslakken, calamaris,...).