



Att prova födoämnen hemma

Man kan provocera samma födoämne i cirka 3-12 månaders mellanrum. Man kan prova födoämnen hemma, om senaste provokation i polikliniken gav inga omedelbara symptom efter de första portionerna eller om man fått bara lindriga symptom då man fått födoämne i misstag.

När man börjar prova födoämnen hemma måste barnet vara frisk. Hen får inte heller ha antibiotikakur på gång. Även möjliga symptom från föregående provningar borde vara borta. Man provar alltså ett födoämne i taget och håller två veckors paus emellan.

Man ska ha antihistamin hemma som vid behov medicin. Man ger antihistamin enligt ordinationen ifall barnet får symptom.

Portioneringsanvisningar

- 1.dag: frukost 1 ts, lunch 2 ts, mellanmål eller middag 3 ts
- 2.dag: frukost 1ms, lunch 2ms, mellanmål eller middag 3 ms
- 3.dag: frukost 0,5dl, lunch 0,2dl, mellanmål eller middag 0,5dl
- 4-7.dag: vid måltider sammanlagt 3-5dl

3dl mjölk eller sädeslag per dag räcker för att man ska veta om födoämnet passar eller ej. Med kött räcker 2-3 matskedar per dag. Med andra födoämnen räcker normal åldersenlig användning.

Uppföljning

Vid särskilda situationer kommer man överens om en ringtid efter hemprovokationen.

Målet med vården av ett matallergiskt barn är glada smakerfarenheter, bra uppväxt och kontroll av symptom.

Trevliga matstunder!

Matrecept kan hittas i www.erimenu.fi.