

Melkeallergi

En del spedbarn får kumelkallergi i avvenningsperioden i overgangen fra brystmelk til annen kost. Det er besværlig for både barnet og foreldrene.

Av Dr. Helge Bengtsson

Alder

Kumelkallergi oppstår ved barnets første kontakt med melkeprodukter dvs. i første leveår og varer i et par år.

9 av 10 er kvitt sin kumelkallergi i 2 års alderen og stort sett alle i 4 - 5 års alderen. Enkelte har allergi til 10 års alderen, men det er sjelden. Selv om allergien er borte kan prikktest eller blodprøve fortsatt vise reaksjon på kumelk. (Sensibilisering).

En del foreldre spør om barnet tåler oksekjøtt - melken kommer jo fra kua. Svaret er at kumelkallergikere tåler oksekjøtt.

Melk finnes i creme fraiche, fløte, ghee, kasein, kaseinat, kefir, kesam, kjernemelkpulver, kulturmilk, laktalbumin, melk, melkeprotein, melkeproteinisolat, melkepulver, melketørrstoff, myse, myseproteinisolat, mysepulver, natriumkaseinat, ost, ostepulver, rømme, skummetmelkpulver, smør, tørrmelk, yoghurt, yoghurtpulver, biola, cultura, danonino, piano duo, H-melk, lettmelk, ekstra lettmelk, skummet melk, surmelk, kefirmelk, sjokolademelk, kakao, vaniljekrem, vaniljesaus, fløteis, iskrem, yoghurtis, karameller, sjokolade, sjokoladepålegg og fløtekarameller.



Symptomer

Ved større kumelkallergi får barnet symptomer som diarè og eksem. Den alminnelige trivselen hos barnet kan påvirkes uten tydelige symptomer ved mindre allergier. Ved melkeallergi under fullamming kan mor la vær å drikke melk. Det er sjelden det trengs en fullstendig melkefri diet hos mor.

Erstatningsprodukter

Det blir ikke anbefalt å bruke melk fra andre pattedyr ved kumelkallergi fordi proteinene i melketyperne ligner hverandre.

I England og USA har man konstatert en del soyaallergi men dette har ikke vært noe problem i Norge til nå. For å unngå soyaallergi gis soyaprodukter som regel først etter 1 års alder.

Forbehandlet kumelkprotein f.eks. Nutramigen eller Profylac brukes mest. Forbehandlingen forandrer melken så de fleste kumelkallergikere tåler den. For barn under 6 måneder brukes Nutramigen. For barn over 6 måneder brukes Nutramigen 2. Noen må ha aminosyrebasert melkeerstatning som for eksempel Neocate eller Nutramigen AA.

Tilbake til vanlig melk

Etter 2 års alder kan de fleste igjen få vanlig melk, og alle etter 4 - 5 års alder. Vel å merke hvis det ikke er melkeintoleranse i tillegg. Som oftes utvikler seg i 4-6 års alder hos skandinaver. Hos ikke skandinaver etter 3 år.

Når barnet har vokst fra allergien, får de først små melkemengder og deretter normale mengder.

Tarmenzymer (laktoseintoleranse)

En del barn og voksne tåler ikke kumelk pga. færre enzymer i tarmen.

I Norge er det ca. 1 %, i middelhavslandene 50 % og i andre deler av verden 100 %. Denne tilstand er ikke en allergi. Kumelk passer ganske enkelt ikke for disse befolkningsgruppene.

Melkens betydning for voksne

Vi betrakter melk som en naturlig bestanddel av kostholdet. Også når vi er voksne. Dette er ikke vanlig ute i verden. Det er bare i Norden, Russland og Nord-Amerika at dette er akseptert matkultur. I Skandinavia har melken tradisjonelt vært knyttet til "sunnhet" i menneskers tanker. Det har ikke noen medisinsk begrunnelse. Kumelkallergi hos voksne er svært sjeldent. Men en stor del av innvandrerne tåler ikke melk (laktoseintoleranse).