

## Introductieschema cashewnoot

Dit introductieschema is bedoeld voor kinderen en volwassenen die nog nooit cashewnoot hebben gegeten of het een lange tijd uit het dieet hebben gelaten. Het schema kan alleen gebruikt worden indien de diëtist, kinderarts of (kinderarts-) allergoloog thuis geen reactie of slechts een milde reactie verwacht.

### Start onder de volgende omstandigheden:

- Introduceer **niet** op een moment dat er sprake is van koorts, hoesten of benauwdheid, opvlamming van eczeem, binnen 3 dagen na een ernstige allergische reactie, of forse hooikoorts klachten.
- Start 's morgens op een doordeweekse dag met introduceren; zo kan er overdag gehandeld worden als er een reactie optreedt.
- Heeft u medicatie voor allergieën, bijvoorbeeld antihistamine tabletten/drank of een adrenaline-pen, leg deze dan binnen handbereik en controleer de houdbaarheidsdatum.
- Noteer het nummer van uw huisarts voor noodgevallen.

### Uitvoering

U heeft met de behandelaar besproken bij welke stap u begint. Dit hoeft niet altijd stap 1 te zijn. Dit schema geeft meerdere keuzes in voedingsmiddelen, namelijk hele cashewnoten of 100% cashewnootpasta. Er kan binnen dezelfde stap van voedingsmiddel gewisseld worden indien een optie niet bevalt qua smaak. Sla geen stappen over.

Er moet **minimaal 1 uur pauze** zitten tussen de stappen. Als er in deze wachttijd geen reactie optreedt, kunt u doorgaan met de volgende stap. U kunt zelf het aantal stappen per dag bepalen. Meestal zijn 3-4 stappen per dag haalbaar; plan de introductie zo nodig over meerdere dagen.

### Reacties

Een **milde reactie** kan zijn: tinteling in de mond, keel of lippen, jeukende huiduitslag of roodheid in het gezicht of over het lichaam, milde zwelling in het gezicht zonder benauwdheid, buikpijn, spugen, diarree.

Een **ernstige reactie** kan zijn: zwelling van tong, mond of gezicht met tegelijkertijd benauwdheid, een piepende in- of uitademing, herhaald braken of een verminderd bewustzijn.

## Wat te doen bij reacties?

- Stop met de introductie, gebruik zo nodig medicatie.
- Neem bij ernstige reacties contact op met de huisarts of bel 112; uw behandelaar is niet altijd bereikbaar.
- Registreer: welke dosis de reactie uitlokt; de tijd tussen inname en het begin van de reactie; de duur van de reactie en maak indien mogelijk foto's van de reactie om deze later aan de arts te laten zien.

## Vorbereiding

Voor de introductie van cashewnoot gebruikt u naar eigen keuze hele cashewnoten of 100% cashewnootpasta (bijvoorbeeld van Bio Today, Horizon of TerraSana) als basis. De noten kunnen geheel, gevijzeld of gemalen geïntroduceerd worden. Portioneer volgens de foto's van het schema op de volgende pagina (op ware grootte). De noot of notenpasta kan eventueel vermengd worden met fruitmoes, in pap, op brood, in aardappelpuree of in een maaltijd.

**Let op!** Hele noten zijn niet geschikt voor jonge kinderen i.v.m. verstikkingsgevaar. Gebruik een vijzel of maal de noten na afmeten volgens het fotoschema.

## Na afloop

Als het introductieschema zonder klachten is doorlopen kan de noot vrij gegeten worden.



©2017 werkgroep receptuur voedselprovoCATIES NVvA.

Dit schema is tot stand gekomen door de werkgroep receptuur voedselprovoCATIES van de Nederlandse Vereniging voor Allergologie (NVvA), met financiële ondersteuning van Stichting Kwaliteitsgelden Medisch Specialisten (SKMS).

De verantwoordelijkheid voor het voorschrijven van dit schema ligt bij de behandelaar. Dit schema is een aanvulling op de Richtlijn VoedselprovoCATIE uit 2015.



## Cashewnoot

stap 1



stap 2



stap 3



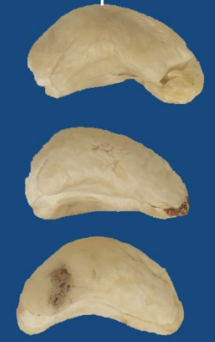
stap 4



stap 5



stap 6



tot 12 jr: alleen stap 7A



vanaf 12 jr: ook stap 7B



## 100% Cashewnoot pasta

stap 1



stap 2



stap 3



stap 4



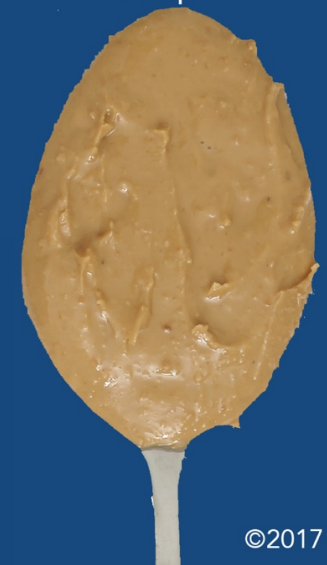
stap 5



stap 6



stap 7



fotografie: Ruud vd Voorde

**Aanwijzingen:**  
 Lees eerst alle instructies op de eerste pagina.  
 Neem minimaal 1 uur pauze tussen elke stap. Ga alleen door als er geen acute reactie optreedt.

Bij gebruik van noten eten kinderen tot 12 jaar als laatste stap de hoeveelheid van stap 7A.  
 Kinderen boven 12 jaar en volwassenen eten als laatste stap de hoeveelheid van stap 7A én van 7B.  
 Bij gebruik van 100% cashewnootpasta eten kinderen en volwassenen allemaal de hoeveelheid van stap 7.