



PASIËNT INLIGTINGSBROSJURE

SOJA-ALLERGIE

INLEIDING

- Soja-allergie is 'n abnormale reaksie op die proteïen wat in sojabone gevind word.
- Die abnormale reaksie word deur die immuunstelsel veroorsaak, wat ons gewoonlik teen bedreigings soos infeksies beskerm.
- Allergie vind plaas wanneer die immuunstelsel normale proteïene as bedreigings identifiseer en teenliggame teen daardie proteïen produseer.
- In die geval van soja, is die allergie baie algemeen as gevolg van soja wat in voedselprodukte voorkom, maar ook as gevolg van sojastof wat ingeasem word.

WAT IS SOJA?

- Soja is 'n proteïen-ryke plantbron wat uit sojabone verkry word.
- Sojabone is peulplante en 'n klein hoeveelheid mense wat allergies vir soja is, kruisreageer met ander peulplante soos bone en grondbone. Die meerderheid van diegene wat allergies is vir soja verdra ander peulplante (bv. grondbone).

HOE ALGEMEEN IS SOJA-ALLERGIE?

- Onmiddellike allergie vir soja is gewoonlik ongewoon, maar meer algemeen by kinders as volwassenes.
- Soja-allergie kan te eniger tyd ontwikkel, en selfs by diegene wat soja voorheen kon verdra.
- Soja-allergie kan ook saam met koeimelkproteïen-allergie voorkom, en meer algemeen as die vertraagde tipe allergie (ekseem en ingewandprobleme), waarin soja en koeimelk saam in omtrent die helfte van pasiënte kan voorkom.
- So 'n gesamentlike bestaan van allergieë is baie minder algemeen in onmiddellike allergieë, waarin omtrent slegs 10% van mense wat vir koeimelk allergies is, ook allergies is vir soja.

KLINIESE EIENSKAPPE VAN SOJA-ALLERGIE

- Reaksies op soja kan "onmiddellik" (binne 2 ure, maar meestal binne 30 minute voorkom) of "vertraag" wees.

- Indien die reaksie onmiddellik is, mag dit manifesteer in braking, diarree, buikkrampe of verandering op die vel, soos jeukerigheid, rooiheid, galbulte, (“huiduitslag” of “bommels”) of swelling.
- Van tyd tot tyd kan ’n ernstige reaksie voorkom, wat moeilike en luidrugtige asemhaling veroorsaak, of die persoon kan ineensort en nie reageer nie. Dit staan as anafilakse bekend.
- Vertraagde tipe reaksies op sojaproteïen kan voorkom as tekens van bloed in die stoelgang van babas wat andersins gesond is.
- ’n Ander rare manifestasie van soja-allergie is die skielike ontstaan van los stoelgang of braking en word Voedselproteïengeïnduseerde Enterokolitis Sindroom (FPIES) genoem.
- Vertraagde reaksies kan ook manifesteer as opvlamming in atopiese dermatitis.

HOE WORD SOJA-ALLERGIEË GEDIAGNOSEER?

- Die belangrikste manier waarop soja-allergie gediagnoseer word, is deur ’n ondersoek van die geskiedenis van die reaksie wanneer sojaproteïen ingeneem word.
- Daar bestaan 2 toetse wat uitgevoer kan word vir onmiddellike reaksies. ’n Velpriktoets kan met gemak by ’n allergie-kliniek uitgevoer word. Sekere medikasie moet nie voor die toetse deur die pasiënt geneem word nie, en die uitslae is binne 15 minute beskikbaar. Die tweede toets word ’n ImmunoCAP® toets genoem en tydens die toets word bloed van die pasiënt getrek.
- Hoewel die uitslae van hierdie allergietoetse ’n riglyn is ten opsigte van ’n persoon se allergieë, kan dit nie voorspel of die reaksie matig of ernstig sal wees nie. Dit is ook belangrik om daarop te let dat nie alle persone met ’n positiewe vel- of bloedtoets tot soja in der waarheid allergies is nie.
- In gevalle waar daar onsekerheid bestaan, sal die Allergie-spesialis heel moontlik ’n gekontroleerde voedseltoets vir soja-allergie uitvoer. Dit beteken dat daar aanvanklike klein hoeveelhede soja aan die persoon gegee word, en die hoeveelhede dan toeneem. Dit vind onder gekontroleerde omstandighede plaas.
- Vertraagde reaksies is moeiliker om te diagnoseer indien daar geen laboratoriumtoets is om die diagnose op te baseer nie. Indien ’n vertraagde reaksie vermoed word, sal jou allergie-dokter ’n uitskakelingsdieet aanbeveel, en dan weer voedsel wat soja bevat herbekendstel. Dit word aanbeveel dat die opgeleide Allergie-spesialis dit doen.

BEHANDELING VAN SOJA-ALLERGIE

- Pasiënte met onmiddellike en ernstige intermediêre en vertraagde allergie moet soja van hulle dieet verwyder en alternatiewe wat deur ’n dieetkundige aanbeveel word, by hulle dieet voeg, om te verseker dat hulle ’n voedsame, volledige dieetplan volg.
- Sojaproteïen is in groot hoeveelhede teenwoordig in alledaagse voedsel en baie maal is allergene “verskuil” in bepaalde voedselprodukte. Die voedsel-etiketteringswette in Suid-Afrika vereis dat produkte wat soja bevat, duidelik gemerk moet wees. Ongelukkig kom nie alle maatskappy hierdie regulasies na nie. Ouers moet alle etikette lees en die name wat hieronder verskyn, uit die dieet los.

- Die Allergie-spesialis moet besluit oor die moontlikheid vir 'n ernstige reaksie by elke individue en besluit of hy 'n adrenaline outo-inspuitpen gaan voorskryf. Diegene met ernstige soja-allergie moet 'n noodaksieplan hê, 'n Medic Alert armband dra, en 'n adrenalien outo-insluiting te alle tye byderhand hou.
- Ouers moet seker maak dat die skool bewus is van die kind se allergie en dat hulle 'n afskrif van die noodaksieplan het en weet hoe om al die medikasie toe te dien.

SAL DIE SOJA-ALLERGIE ONTGROEI WORD?

- Soja-allergie kan ontgroei word. Die allergie-dokter sal die allergie jaarliks monitor, hetsy deur 'n velprik- of bloedtoets.
- Indien hierdie toetse aandui dat die allergie moontlik ontgroei is, kan jy (of jou kind) vir 'n dag na die hospitaal gebring word, waar 'n soja-uitdagingsstoets uitgevoer word.
- Die soja uitdagings is 'n prosedure wat onder toesig uitgevoer word, terwyl toenemende dosisse soja-proteïen aan die pasiënt gegee word, en besluit word of die persoon nou die soja kan verdra en dus nie meer allergies is nie.

BRONNE VAN SOJA-ALLERGENE / WAARNA OM OP TE LET OP DIE ETIKETTE

- | | |
|---|------------------------------|
| • Boonstolsel | • Karob |
| • Emulgeerder | • Lesitien |
| • Miso | • Mononatriumglutamaat (MSG) |
| • Proteïenuitbreier | • Soja, sojaboon, sojabone |
| • Sojaproteïen, soja-isolate, soja-konsentrate | • Sojamelk |
| • Sojameel, sojavesel, soja-albumien, soja-olie | • Sojaneute, sojaspruite |
| • Sojasous, shoyosous | • Stabiliseerder |
| • Stysel | • Tofoe |
| • Getekstureerde groenteproteïen (TGP) | • Verdikmiddel |
| • Groentekougom | • Groentekragsop |
| • Groentestysel | |

OUTEURSREG: ALLERGIE-GENOOTSAP VAN SUID-AFRIKA

2013



Vertaling deur CIPLA geborg