

Voedselovergevoeligheid: wat is het en wat betekent het voor uw klanten?

Wat is voedselovergevoeligheid?

De termen voedselovergevoeligheid, voedselintolerantie en voedselallergie worden vaak door elkaar gebruikt. Maar waar hebben we het nu eigenlijk over?

Voedselovergevoeligheid is een overkoepelende term voor ongewenste reacties van het lichaam die op kunnen treden bij het eten van of in contact komen van de huid met bepaalde voedselbestanddelen.

In de bakkerij kunt u te maken krijgen met zowel allergische als niet allergische voedselovergevoeligheid. In de voorlichting wordt voor een niet allergische voedselovergevoeligheid vaak de term "voedselintolerantie" gebruikt.

Mensen met voedselallergie reageren altijd op (sporen van) het eiwitonderdeel van het betreffende voedingsmiddel. Het afweersysteem herkent het eiwit niet en gaat er antistoffen tegen maken. Voorbeelden van voedselallergie zijn: notenallergie, pindaallergie, sojaallergie en melk(eiwit)allergie. Mensen met een dergelijke allergie kunnen zeer acuut en heftig reageren op zelfs het kleinste spoortje van het voedingseiwit waar zij allergisch voor zijn.

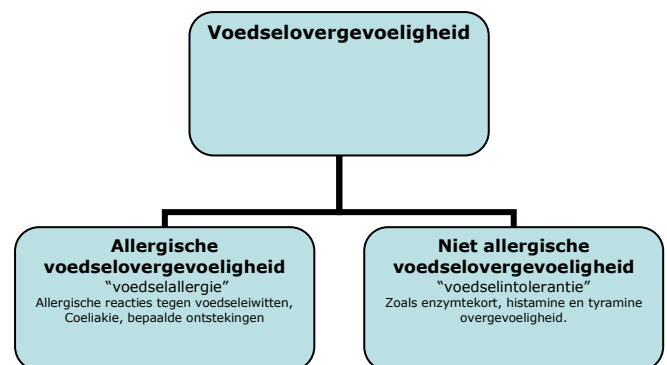
Een andere voedselallergie die zeer belangrijk is in de bakkerij is Coeliakie (spreek uit Seulia-kie, verwarrend genoeg ook wel *glutenintolerantie* genoemd). Hoewel we bij Coeliakie ook met een allergische reactie te maken hebben, werkt deze weer anders dan de meeste andere allergische reacties. De klachten die bij Coeliakie optreden zijn dan ook anders. De darmen lopen er wel ernstige schade van op. Gevolgen op langere termijn zijn tekorten aan voedingsstoffen en groeiachterstand bij kinderen. Meer acute klachten zijn darmproblemen en huiduitslag.

Een voorbeeld van "voedselintolerantie" waar u mee te maken kunt krijgen is een lactoseintolerantie waarbij de betreffende persoon melksuikers (lactose) door een enzymtekort niet goed kan verteren. Hierbij ontstaan meestal maag-darmklachten. De hoeveelheid

melk(product) welke klachten veroorzaakt verschilt sterk van persoon tot persoon, maar ligt meestal hoger dan bij mensen met een allergische voedselovergevoeligheid.

Hoe vaak komt voedselovergevoeligheid voor?

In Nederland hebben 5 tot 7% van de kinderen in hun eerste levensjaren voedselallergie. In de meeste gevallen gaat dit om koemelkallergie. Op schoolleeftijd heeft nog slechts 2% van de kinderen een voedselallergie. Voedselallergie komt bij 2 tot 3% van de volwassenen voor. Over het voorkomen van "voedselintolerantie" zijn geen gegevens bekend.



Wat is de invloed van voedselovergevoeligheid op iemands leven?

De impact op iemands leven is sterk afhankelijk van de aard en de ernst van de voedselovergevoeligheid. Maar, voor ieder mens betekent het dat onbezorgd genieten van voedsel niet mogelijk is. Daarnaast is de voedselovergevoeligheid niet alleen van invloed op de persoon zelf, maar ook op zijn of haar omgeving. Denk hierbij aan familie, vrienden, sportclubs, kinderopvang, school, werk, reisorganisaties; overal moet rekening gehouden worden met de voedselovergevoeligheid van deze persoon.

Sommige mensen zijn overgevoelig voor één soort voedingsmiddel of ingrediënt, maar het komt ook vaak voor dat mensen last hebben van voedselovergevoeligheid voor meerdere voedingsmiddelen (kruisallergieën).

Overgevoelighedsreacties kunnen uiteenlopen van lichte jeuk of een opgeblazen gevoel tot een opgezwollen gezicht en zelfs een hartstilstand.

Boodschappen doen en uit eten gaan

Mensen met een voedselovergevoeligheid moeten altijd exact weten wat er in het voedsel zit dat zij eten. Zij kunnen dus nooit even snel iets "uit de muur" halen of kopen wat er gewoon lekker uitziet. Nee, het etiket moet altijd nauwkeurig gelezen worden en bij een afwezig of onduidelijk etiket is navragen bij winkelier of kok noodzakelijk. Als er onvoldoende informatie op het etiket staat of het personeel kan geen informatie verstrekken over de ingrediënten van een product of maaltijd, dan zal de persoon met voedselovergevoeligheid het zekere voor het onzekere nemen en het product niet kopen of consumeren.

Waarschuwing op het etiket

Door wetgeving en doordat steeds meer fabrikanten van voedingsmiddelen zich bewust raken van de mogelijke ernst van voedselovergevoeligheid, bevatten etiketten steeds vollediger informatie over allergenen. Er is echter ook een keerzijde. Ook wanneer producten geen allergene ingrediënten bevatten, vermelden veel fabrikanten tegenwoordig zinnen als "Kan sporen bevatten van.." of "Is in een fabriek geproduceerd waar ook ... wordt verwerkt." Dit wordt ook wel "may-contain" labelling genoemd.

Gevolg voor consument

In eerste instantie zou je zeggen dat deze informatie altijd prettig is voor de consument met een voedselovergevoeligheid. Het risico dat hij een product koopt waar door kruisbesmetting onverhoopt de stof in zit waar hij overgevoelig voor is, wordt hierdoor kleiner. Als echter niet heel zorgvuldig met dergelijke waarschuwingen wordt omgesprongen betekent "may-contain" een onnodige beperking in voedselkeuze voor mensen met een voedselovergevoeligheid.

De overheid en belangenorganisaties voor patiënten met een voedselovergevoeligheid pleiten daarom voor een terughoudende opstelling met betrekking tot deze waarschuwingen. Dus alleen opnemen als er een reëel risico is op versleping. In de praktijk is echter gebleken dat auditors van

internationale certificeringschema's zoals BRC al gauw geneigd zijn een aanvullende waarschuwing voor te schrijven. Wat dat betreft kunnen de meningen van afnemers en consumenten verschillen en moet u uiteindelijk zelf een afgewogen beslissing nemen over het al dan niet opnemen van een waarschuwing.

Gevolg voor producent

Natuurlijk wilt u niet het risico lopen dat klanten nadelige gevolgen ondervinden doordat ze onvoldoende geïnformeerd zijn over de mogelijke aanwezigheid van een bepaald allergeen in een product. Het feit dat er (nog) geen grenswaardes bekend zijn waarbij (de meeste) overgevoelige mensen reageren op een bepaalde stof, maakt het voor u lastig om te bepalen of een product wel of geen waarschuwing dient te krijgen voor de mogelijke aanwezigheid van een bepaald allergeen. Vanuit die optiek is het verstandig om bij twijfel altijd een "may-contain" boodschap te plaatsen.

Het is echter heel belangrijk dat dergelijke boodschappen niet te pas en te onpas op producten gezet worden. Zorg daarom voor een zo goed mogelijke inventarisatie (liefst gedocumenteerd) voordat u een "may-contain" boodschap op uw producten plaatst.

