

Kjære deltagere

24 juni 2022

Her er resultatene av stor innsats fra dere alle;

*I siste utgave av The Lancet (25.6.2022), et av verdens ledende medisinske tidsskrifter, viser PreventADALL-studien at introduksjon av peanøtt, melk, hvete og egg fra 3 måneder reduserte risikoen for allergi mot disse matvarene ved 3 års alder fra 2,3 % til 1,1 %, det vil si mer enn en halvering! På nasjonalt nivå tilsvarer dette at vel 1000 3-åringer i Norge per år kan unngå allergi mot peanøtt, melk, egg og hvete dersom alle barn starter å smake vanlige matvarer fra 3-måneders alder.*

*Tidlig introduksjon og regelmessig inntak av små mengder peanøtt, melk, hvete og egg var trygt og effektivt, og gikk ikke ut over amming ved 6-måneders alder.*

*På lederplass i samme utgave av The Lancet peker dr. Perkin på at man nå bør kunne konkludere med at tidlig introduksjon er bedre enn utsatt introduksjon av vanlige matvarer for å redusere matallergi hos barn.*

Ved 3 års alder diagnostiserte vi 44 barn med allergi mot peanøtt, melk eller egg der fire var allergiske til to av matvarene. Ingen barn var allergiske mot hvete. Generelt var forekomsten av dokumentert matallergi omtrent som forventet, selv om gode tall har manglet i Norge. Allergi for minst en av matvarene ble påvist hos 2,3 % av barna i kontrollgruppen (ingen tiltak), 3,0 % av barna med oljebad/ansiktskrem, 0,9 % av barna i gruppen med tidlig matintroduksjon og hos 1,2 % av barna med begge tiltak. Slår vi sammen de to gruppene som introduserte mat fra 3 måneder (halvparten av alle barna) var den absolutte risikoen for matallergi redusert fra 2,6 % til 1,1 % ved å starte matintroduksjon ved 3-måneders alder.

Effekten av tiltakene var størst for peanøtt. Mens 2 % av barn uten tidlig matintroduksjon var allergiske for peanøtter var dette redusert til 0,7 % blant de som startet ved 3-måneders alder. Tilsvarende tall for barn uten og med tidlig introduksjon var 0,3 % og 0,1 % for allergi mot kumelk og 0,6 % og 0,4 % for egg. Ingen av barna var allergiske mot hvete.

Resultatene over er basert på analyser der alle barn i en av de fire gruppene (ingen tiltak, hud tiltak, mat tiltak eller begge) ble med, uavhengig av om de hadde fulgt de anbefalte tiltakene nøyaktig eller ikke. Dersom vi kun tok med barn som fulgte de anbefalte tiltakene tilstrekkelig ofte var effekten enda tydeligere, med en reduksjon fra 3,4 % i kontrollgruppen til 0,6 % ved tidlig introduksjon. Resultatene kan derfor tyde på at det å gi maten oftere er bedre enn sjeldnere, tidlig start er bedre enn sen start, og deretter gi matvaren som en del av barnets vanlige kosthold.

Regelmessig bruk av oljebad/ansiktskrem fra 2 ukers alder reduserte ikke risikoen for matallergi ved 3 år.

Erfaringene i PreventADALL viste at det var vanskelig for mange å finne tid og mulighet til å gjennomføre tiltakene som anbefalt, spesielt i gruppen med både hud- og mat-tiltak. Tilsvarende ble vist i en britisk studie (Enquiring about tolerance – EAT) der foreldrene til kun 32% av 1303 barn med mattiltak gjennomførte tiltakene som anbefalt.

Tross et travelt småbarnsfamilieliv og koronaepidemi hadde vi likevel tilstrekkelig informasjon om 1943 av 2394 barn til å screene for matallergi. En oppslutning på vel 80 % er fantastisk, og har vært avgjørende for at vi har kunnet trekke gode konklusjoner.

*Stor takk til alle dere deltagere som har bidratt til disse viktige resultatene. Deres innsats har ført til at vi nå endelig på en enkel, gjennomførbar, lavkostnad og trygg måte kan forebygge matallergi hos*

mange barn, i Norge og resten av verden. Vi vil gjøre vårt beste for å få disse resultatene, sammen med øvrig kunnskap på feltet, ut til befolkningen og til våre myndigheter.

### Hva skjer videre?

Et stort og viktig spørsmål er hvor langvarig effekt tidlig matintroduksjon kan ha for matallergier og matintoleranse. I tillegg er det viktig å avklare om tiltakene kan ha effekt på lang sikt for andre allergiske sykdommer, som «høysnue», astma eller eksem. Videre vil vi i årene fremover fokusere på symptomer, tegn eller funn som kan ha betydning for andre ikke-smittsomme sykdommer.

Gjennom ca 1 år fra høsten 2022 vil barnet ditt bli invitert til en *oppfølgingsundersøkelse*. Undersøkelsen vil ta i underkant av 1 time, og inkluderer undersøkelser som tidligere er gjennomført opp til 3 års alder i tillegg til en lungefunksjonsmåling før og etter en luftveisåpnende medisin. Dere vil motta brev med detaljer om undersøkelser ved dette besøket i god tid, og vi vil strekke oss langt for å tilpasse tiden slik at det blir mulig for dere å delta. Dersom det er mistanke om at barnet ikke tåler all mat vil dere bli tilbudt oppfølging med utredning av våre spesialister på de respektive sykehus.

Et kostholdskjema vil sendes elektronisk for å kartlegge barnets kosthold i tilsvarende periode. Videre vil dere nå motta nye spørreskjema ca 1 gang per år.

*Med dette ønsker vi dere alle en riktig god sommer, en stor takk for innsats og gratulerer med at vi sammen har bidratt til at det er mulig å forebygge matallergi hos barn.*