

Tiltak i første leveår for å forebygge atopisk eksem og allergi som ble undersøkt

To tiltak (intervensjoner) ble undersøkt, de nyfødte barna ble tilfeldig trukket ut til ingen, en eller begge intervensjoner:

1. Matintervensjonen:

Hva:

- Peanøtt, kumelk, hvete og egg.

Hvordan:

- Fingeren ble dyppet i matvaren og babyen suttet på fingeren. Dette tilførte kun en smak, hvis hensikt var å stimulere immunsystemet, ikke å tilføre energi.

Når:

- Fra barnet var 12 uker ble en og en matvare introdusert ukentlig. Hver matvare ble gitt minst 4 dager per uke til minst 6 måneders alder.

Tidspunkt: starte når babyen er 12 uker

Matvarer: Peanøttsmør uten klumper
Kumelk (f. Eks morsmelkerstatning, yoghurt, kumelk)
Hvete (f. Eks grøt)
Egg (løs eggerøre)



Rekkefølge:

Uke 12-13



Uke 13-14



Uke 15-16



Uke 16-17



Smak minst 4 ganger pr uke

Varighet: Minst til 6 måneders alder, men anbefaler å fortsette/øke som del av normalt kosthold

Amming ble anbefalt så lenge det var ønskelig og mulig.



Peanøtt: dypp finger i peanøttsmør uten biter («smooth») fra 12 uker.



Kumelk: dypp finger i vanlig melk, morsmelkerstatning eller annet kumelkbasert produkt senest fra barnet er 13 uker gammelt.



Hvete: smak på en liten teskje av hvetegrøt (enten hjemmelaget eller ferdiggrøt). Kan blandes med melk (morsmelk eller erstatning/kumelk) om ønsket, gis fra barnet er ca. 14 uker gammelt.



Egg: dypp finger i avkjølt eggerøre fra og med barnet er ca. 15 uker gammelt. Eggerøren lages av 1 egg som knuses (som ved vanlig eggerøre) og stekes. Kan blandes med vann eller melk/morsmelk etter foreldres ønske før steking.

Effekten av tidlig introduksjon av matvarer er dokumentert i the Lancet i [2022](#), og viste redusert risiko for matallergi ved 3 års alder.



2. Hudintervensjonen (hudpleietiltak):

Hva:

- Badeolje, laget for PreventADALL studien, bestående av to vanlig brukte ingredienser i kosmetiske produkter: paraffinum liquidum (parafinolje) og trilaureth-4-Phosphate.
- Ceridal, et kommersielt tilgjengelig produkt (med petrolatum, microcrystalline wax og cyclopentasiloxane) ofte anbefalt til bruk på barn med atopisk eksem.

Hvordan:

- Minst 4 ganger i uken bade barnet i 0,5 dl badeolje blandet i 8 liter albuevarmt vann i 5-10 minutter, deretter helst luft-tørke eller evt. forsiktig klapp-tørke. Ceridal smøres på kinn og hake.

Når:

- Fra barnet var 2 uker til og med 8 måneder gammelt.

Effekten av hudintervensjonen er dokumentert i the Lancet i [2020](#) og [2022](#), og viste ingen forebyggende effekt på atopisk eksem innen 3 års alder.

