

Suppletierichtlijn Dermatitis

Dermatitis is een ontsteking van de bovenste laag van de huid die gepaard kan gaan met jeuk, blaren, roodheid en zwelling. Dermatitis is een algemene benaming waaronder verschillende aandoeningen vallen, zoals atopische dermatitis (eczeem), contactdermatitis (ontstekingen als gevolg van contact met irriterende stoffen), dermatitis bullosa (blarenvormende ontsteking), seborroïsch eczeem en dermatitis herpetiformis (als gevolg van coeliakie).

Nutriënten	Richtlijn voor dagdosering
Probiotica (met name Lactobacillus-stammen) Versterkt darmflora en verbetert huidimmunititeit	2 x daags 5×10^9 cfu*
GLA (uit borageolie) Vermindert huidontstekingen	500-2.000 mg
Vitamine E Remt ontstekingen Vaak tekort bij dermatitis	268 mg (400 IE)
Anti-oxidant crème (met vitamine E en/of teunisbloemolie) Remt ontstekingen van de huid	3 x daags dun insmeren
Vitamine D Vaak tekort bij dermatitis Verbetert de functie van het immuunsysteem	4 x daags 25 mcg (1.000 IE) gedurende 3 weken, daarna 1 x daags 25 mcg
Zink Tekort aan zink wordt gezien bij patiënten met dermatitis Essentieel voor vetzuurmetabolisme	2 x daags 30 mg, als symptomen verminderen overgaan op 30 mg

* cfu = colony forming units / kolonie vormende eenheden

Aandachtspunten

- Het is belangrijk om een voedselintolerantie uit te sluiten
- Adviseer voeding met een hoge concentratie onverzadigde vetzuren
- Als de moeder tijdens de zwangerschap probiotica en vitamine D gebruikt, heeft het kindje minder kans op het ontwikkelen van dermatitis
- Het geven van borstvoeding vermindert dit risico ook