

Medicinsk Nyhed

Tidlig introduktion af æg hos spædbørn og forekomsten af æggeallergi

Efter at anbefalingerne om tidligere introduktion af æg til spædbørn er blevet ændret verden over, har et nyt studie undersøgt, hvilken betydning det har haft for forekomsten af æggeallergi blandt børn.

Professor, overlæge Susanne Halken, H.C. Andersens Børnehospital, Odense Universitetshospital, kommenterer: »Guidelines med anbefalinger om forebyggelse af fødevareallergi har i nogle lande/områder ændret sig markant i de seneste 5-10 år. Således har man f.eks. i USA og tidligere anbefalet at vente med introduktion af f.eks. æg, peanut og andre nødder til 2-3-årsalderen. Senere er dette gradvist ændret til tidlig introduktion af alle fødevarer i forbindelse med start på overgangskost og inden etårsalderen til alle børn uanset allergidisposition. I Australien blev disse guidelines ændret i 2016, og der blev gjort en national indsats for implementeringen heraf. Det aktuelle studie er en retrospektiv opgørelse af effekten af denne ændring på alder for introduktion af æg og forekomsten af æggeallergi i etårsalderen i to kohorter fra hhv. før (2007-2011) og efter (2018-2019) ændringen. Undersøgelsen viste, at børn efter ændring af guidelines fik introduceret æg tidligere og havde en signifikant lavere forekomst af æggeallergi. Dette viser dermed, at evidensbaserede, opdaterede ernæringsretningslinjer kan nedsætte forekomst af fødevareallergi, når de implementeres effektivt. Dette er på linje med andre nylige australske og amerikanske opgørelser. Imidlertid har de europæiske retningslinjer fra EAACI siden 2008 anbefalet start på varieret overgangskost fra 4-6-månedersalderen uden restriktioner for specielle fødevarer, og ved sidste opdatering i 2021 blev indført specifikke anbefalinger for tidlig introduktion af velkogte æg og peanuts. Sundhedsstyrelsens anbefalinger for forebyggelse af fødevareallergi er baseret på EAACI-guidelines og har i adskillige år inkluderet start på varieret overgangskost fra 4-6-månedersalderen, og ved opdateringen i 2022 suppleredes med en specifik anbefaling af introduktion af velkogt æg fra 4-6-månedersalderen: 'Almindelig varieret overgangskost, inkl. alle fødevarer, introduceres i gradvist stigende mængde og i en aldersvarende form/konsistens fra 4-6-månedersalderen. Velkogte æg kan introduceres fra 4-6-månedersalderen'. Retningslinjer/guidelines er ikke nok; der skal også sikres effektiv implementering. Vi har desværre ingen data for ændringer i forekomsten af fødevareallergi i Danmark«.

Koplin JJ, Shifti DM, Soriano VX, et al. Egg Allergy Prevalence Before and After Guidelines for Earlier Egg Introduction. JAMA Pediatr. (online 8. jun 2026). <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2026.2080>

Interessekonflikter SH er førsteforfatter på EAACI Guidelines om forebyggelse af allergi, publiceret i Pediatr Allergy Immunol. 2021. I øvrigt ingen i relation til dette emne



Redigeret af Camilla Dalby Hansen, camilla.dalby.hansen@rsyd.dk