

Gäller för: Verksamhet Specialistmedicin, Allergimottagning Sahlgrenska

Giltig från: 2025-11-21

Innehållsansvar: Jenny Van Odijk, (jenva), Dietist

Giltig till: 2027-11-21

Granskad av: Flera granskare finns - se eftersättsblad

Godkänd av: Björn Lindkvist, (bjoli6), Verksamhetschef

## Dietist – Baskost

### Förändringar sedan föregående version

Exemplet på 1 portion av födoämnen som återintroduceras borttaget.

Verksamhetsnamn korrigerat.

### Bakgrund och syfte

Att utreda vilket födoämne/vilka födoämnen som orsakar symtom hos patienten.

### Förutsättningar

Dietister Allergimottagningen, verksamhet Specialistmedicin, Område 6, SU, ansvarar för att utföra arbetet enligt gällande rutin.

Sektionschefen ansvarar för att rutinen är känd och följs.

Verksamhetschefen ansvarar för att rutinen finns och följer gällande författningar/lagar.

### Avgränsningar/Utförande

Baskosten kan till exempel användas vid utredning då patienten har kroniska symtom från huden (till exempel utslag, eksem, klåda) och/eller diffusa besvär från övre delen av mag-tarmkanalen (illamående, kräkningar utan tydlig orsak) och då elimination av enstaka födoämnen ej har gett önskat resultat. Baskosten är fri från de allergen som oftast ger besvär: vete, mjölk, ägg, soja, nötter, jordnötter och fisk. Baskosten är även fri från andra livsmedel som kan misstänkas ge besvär: fläskkött, röda och gula grönsaker, frukter, bär, kryddor, tillsatser med mera

Baskosten baseras på ris, majs, potatis, bovete och andra naturligt glutenfria spannmål, nötkött, lamm, viltkött, vita och gröna grönsaker, svartvinbär, jäst, olja, socker, salt och vitpeppar. Individuella anpassningar kan göras. Det kan ta 2–4 veckor innan patienten uppnår symtomfrihet, ibland längre. Om patienten inte har uppnått markant

symtomlindring efter 4 veckor bör dieten avbrytas om inte särskilda omständigheter föreligger.

Om patienten uppnår symtomfrihet eller markant symtomförbättring återintroduceras ett födoämne/livsmedel i taget med 2–3 dagars mellanrum. I första hand återintroduceras födoämnen som inte misstänks ge symtom, detta för att utvidga kosten och underlätta patientens kosthållning under utredningen. Därefter återintroduceras följande basfödoämnen: soja, ägg, vete, mjölk.

Vid återintroduktion av födoämnen som misstänks ge symtom kan de som misstänks ge lindriga och/eller ofarliga symtom återintroduceras i hemmet. De födoämnen som misstänks ge kraftiga symtom bör inte återintroduceras i hemmet. Dessa bör återintroduceras under kontrollerade former på mottagningen, se rutiner för födoämnesprovokationer som utförs av sjuksköterskor.

De födoämnen som återintroduceras bör intas i så ren form som möjligt och enligt *rutin Återintroduktion*.

Efter återintroduktionen kan mängden av de inprovade livsmedlen ökas successivt till den mängd patienten önskar. Patienten ska upplysas om att det ibland kan vara en mängdfråga hur mycket hon/han kan äta av ett specifikt livsmedel utan att få oönskade symtom. Vid symtom får patienten återigen minska mängden av livsmedlet. Vid misstanke om specifik överkänslighet mot vete, mjölk, ägg och/eller soja kan en dubbelblind placebokontrollerad provokation (DBPCFC) utföras, se *Rutin Dubbelblind provokation*.

**Om det visar sig att patienten är överkänslig för ett eller flera ämnen i kosten bör en bedömning av konsekvenser för näringsintaget göras. Vid behov bör tillskott provas in.**

## Avsteg från rutin

Medvetet avsteg från rutinen dokumenteras i Melior om rutinen är kopplad till patient. Övriga orsaker till avsteg från rutinen rapporteras i MedControlPRO, där aktuell linjefe chef ansvarar för utredning, åtgärd och uppföljning

## Uppföljning

Utvärdering och revidering av rutindokumentet ska ske vid behov, dock senast två år efter godkännande. Ansvar för revidering har sektionschefen eller av denne utsedd person.

## Relaterad information

Dietist checklista baskost.

Rutin Återintroduktion

Rutin Dubbelblind provokation

## Arbetsgrupp

Framtagen av: Nanna Mossberg, dietist.

Reviderad av: Jenny van Odijk, legitimerad dietist.

## Källförteckning

Bengtsson, U & Eriksson, N E (red), *Förrädisk föda*, andra upplagan, AstraZeneca 2003

EAACI. *Food and Anaphylaxis Guidelines*.2014

# Information om handlingen

**Handlingstyp:** Rutin

**Gäller för:** Verksamhet Specialistmedicin, Allergimottagning  
Sahlgrenska

**Innehållsansvar:** Jenny Van Odijk, (jenva), Dietist

**Granskad av:** Maria Petersen, (marwa43), Vårdenhetschef,  
Mona Andersson Palmqvist, (monpa7), Överläkare

**Godkänd av:** Björn Lindkvist, (bjoli6), Verksamhetschef

**Dokument-ID:** SU9788-135611145-53

**Version:** 10.0

**Giltig från:** 2025-11-21

**Giltig till:** 2027-11-21