

# Dyrlegene

## Eliminasjonsdiett- veien til suksess

Du har kommet til et stadium i utredning av hunden din der **vi trenger å vite om den reagerer på noe i kostholdet**. Vi har eliminert andre årsaker til kløe og hårtap, som parasitter og infeksjoner, tørr hud, og generelle sykdommer. Vi mistenker at det er snakk om en allergi, men vet ikke om det er mot noe som finnes i miljøet rundt dere (**atopi**), eller om det kan være noe i maten (**fôrallergi/intoleranse**). Noen ganger kan det også være begge deler.

Vi utreder alltid begge deler samtidig, nesten uansett hva vi tror på forhånd. **Vi ønsker ikke å gå glipp av en konkret diagnose fordi vi får lyst til å ta snarveier**. Men det er ikke til å komme forbi at det kan være tungvindt og demotiverende å få denne instruksjonen. Derfor skal vi forsøke å forklare hvorfor det er så viktig at du gjør akkurat det vi ber deg om nå.

De fleste ønsker å få tatt en **allergiblodprøve**, men denne har **mange begrensninger** til at det er noe vi rutinemessig gjør tidlig i en utredning. Vi kan dessuten ikke teste på en blodprøve om en ingrediens i mat eller godbiter/tyggebein er et problem for pasienten, men i enkelte tilfeller kan det gjøres for gi en pekepinn om vi velger novel protein-diett som elimineringsform (se senere). Det er ikke godt nok for oss. Når det gjelder allergi mot noe i miljøet er det ca 70% sjanse for at blodprøven treffer riktig, men ikke sikkert at den fanger opp alt. Således bruker vi den senere i utredningen, når mat er utelukket, og vi vurderer å lage en bestemt vaksine mot f eks en bestemt midd, eller forsøker å tilrettelegge miljøet for å redusere forekomsten av denne. Om det er klare årstidsvariasjoaner kan det være vi gjør dette før. Det samme gjelder om det er forhold som gjør det helt umulig å gjennomføre en eliminasjonsdiett.

Det aller viktigste og riktigste nå er derfor å forsøke å ta bort mistenkt ingrediens, holde den borte i 12 uker, se om symptomene blir borte, OG se om de kommer tilbake når pasienten begynner å spise denne ingrediensen igjen. Dette må vi gjøre i tett samarbeid, og veldig strukturert. Vi må evaluere symptomene nøye, og føre dagbok over utviklingen. Allergiske reaksjoner mot noe i miljøet kan man med bedre sikkerhet teste, men også her har blodprøven alene sine begrensninger. Og reaksjoner mot mat skal alltid om man har tid/mulighet utredes først. Derfor har du nå fått dette skrevet, og dietten vi har valgt ut til akkurat din hund.

**Proteiner er synderen de aller fleste reagerer på. Det kan være hvilket som helst av alle proteiner hunden noen gang har fått å spise, og proteinet kan være både plante og animalsk basert.** Det er ikke sånn at man ikke kan begynne å reagere på et protein man har tålt hele livet opp til et visst punkt. Vi ser ofte en økning av allergi mot ingredienser i foret hos hunder som er over 7 år. Det kan også være noe den får i seg veldig små mengder av, som for eksempel en umerket ingrediens i fôr, godbiter, eller tyggebein. Det finnes ingen holdepunkter for at proteinet gluten er mere allergifremkallende enn hvilket som helst annet protein, og planteproteiner inngår i de fleste hundefôr som høyt fordøyelig og næringsrikt protein for ernæring, ikke som fyllstoff i foret. Vi må ikke urettmessig ekskludere verdifull mat basert på trender, men vurdere effekten individuelt.

Dersom du har flere hunder kan det være lurt at alle går på samme diett. Du kan bruke biter av tørrfôret som godbiter, eller du kan kjøpe boksemat som kan bakes i ovnen som små boller. Det er viktig at du fjerner alle andre godbiter eller smakstilsette tyggeleker så lenge forsøket pågår. Det krever altså orientering og informasjon av alle familiemedlemmer og besøkende. Syndes det må man begynne forfra, og telle neste dag som "dag en". Det er derfor mye å vinne på å være streng og nøye.

Ideell lengde på dietten er **12 uker**. Mange blir ikke bedre før tidligst 10 uker etter oppstart, men noen får god effekt allerede etter 6-8 uker. Det kan være nyttig å få tilleggsbehandling av f eks prednisolon, Apoquel, cytopoint, samponeringer, ørerens, eller fotbad underveis. Vurder dette dersom hunden er veldig plaget, eller får oppbluss, men gi ikke opp før fullgått tid. Når det har gått 12 uker fjerner vi alle tilleggsmedisiner, og ser hvordan hunden fungerer på bare dietten. Om dette går helt eller delvis bra introduserer vi en og en ingrediens igjen, og hver av dem over et par uker. Tanken er at det går mye raskere å reagere på noe, enn det tar å slutte å reagere. Vi kaller dette en challenge. Ikke alle ønsker å utføre challenge om de synes det fungerer fint å fortsette på dietten de har blitt tildelt. Selv om en allergidiett feiler, eller har delvis effekt, behøver det ikke bety sikkert at hunden ikke reagerer på noe i maten. Noen ganger forsøker vi da med et annet merke, og ser om vi kan få enda litt bedre effekt.

Det er to hovedgrupper elimineringsdietter å velge i.

- **Novel protein:** her gir vi hunden kun en type animalsk, og en type vegetabilsk ingrediens, for eksempel hval og søtpotet, hest, elg etc. Denne type hjemmelaget diett er gullstandarden, men mest utfordrende i en vanlig hverdag, og veldig dyrt på store hunder. Vi opplever sjelden at eiere ønsker å gjennomføre denne dietten over så lang tid som det kreves. Noen får basert seg på å ha få, sikre, og ingen "hemmelige" ingredienser de ikke merker i innholdsfortegnelsen. Problemet hos oss er at mange av disse er basert på fisk, og mange norske hunder er fra før fiskespisende. Vi bruker derfor de kommersielle novel proteindiettene lite.
- **Hydrolysert protein:** Proteinene i dietten er kuttet opp i så små biter at immunforsvaret ikke kjenner igjen hva det kom fra, og følgelig reagerer hunden ikke på det. Disse er ikke 100% sikre, og noen har høyere grad av hydrolysering enn andre. Royal Canin Anallergenic er mest hydrolysert. Hills z/d er bra, og det samme er Royal Canin Hypoallergenic. Specific COD-HY er et noe rimeligere alternativ. Purina HA er også et veldig bra elimineringsfôr. Stol aldri på et "allergifôr" fra ren dyrebutikk, og tenk ikke av råfôring er et alternativ. Det bryter med prinsippet om at alle kjente proteiner skal ut av kosten. Du kan i verste fall kaste bort tre måneder av utredningen du kanskje uansett må igjennom.

### **God respons på eliminasjonsdietten, og tilbakefall ved challenge er nok til å sette en diagnose.**

Hunder som reagerer på en ingrediens kan etterhvert også begynne å reagere på flere. Dersom en hund som har fungert på en diett lenge begynner å klø seg/miste pels må den først inn for undersøkelser av tilleggsdiagnoser, og så ta en ny runde med eliminasjonsdiett/challenge. Det kan også hende at det blir nødvendig med tilleggsbehandlinger og -medisinering.

Allergi er ingen enkel diagnose å sette, men en stor lettelse for dyret å få stilt/behandlet. Hunden vil aldri bli frisk, men vil med riktig tilrettelegging ha en god livskvalitet i de fleste tilfeller. Vi anbefaler ikke at hunder som har, eller mistenkes å ha allergi avles på. Tilstanden er veldig arvelig.

Blir du demotivert er det viktig at du tatt kontakt, slik at vi kan hjelpe deg over kneika, eller sette i gang tilleggsbehandlinger.

Veterinær Linda Bakken Bøe, Dyrlegene Bodø