

# OLIVER

UZA-MAGAZINE VOOR KIDS

LENTE 2023

Ook eentje?



**Pinda's?!**

Hou ze uit mijn buurt,  
alsjeblieft!

Lees mijn **dagboek**,  
dan weet je waarom p.04

Professor Weetalles over  
**allergie** p. 14

**5 vragen aan  
schoonmaakster  
Munazza** p.16



**Koningin Mathilde**  
Moeder- en kindcentrum

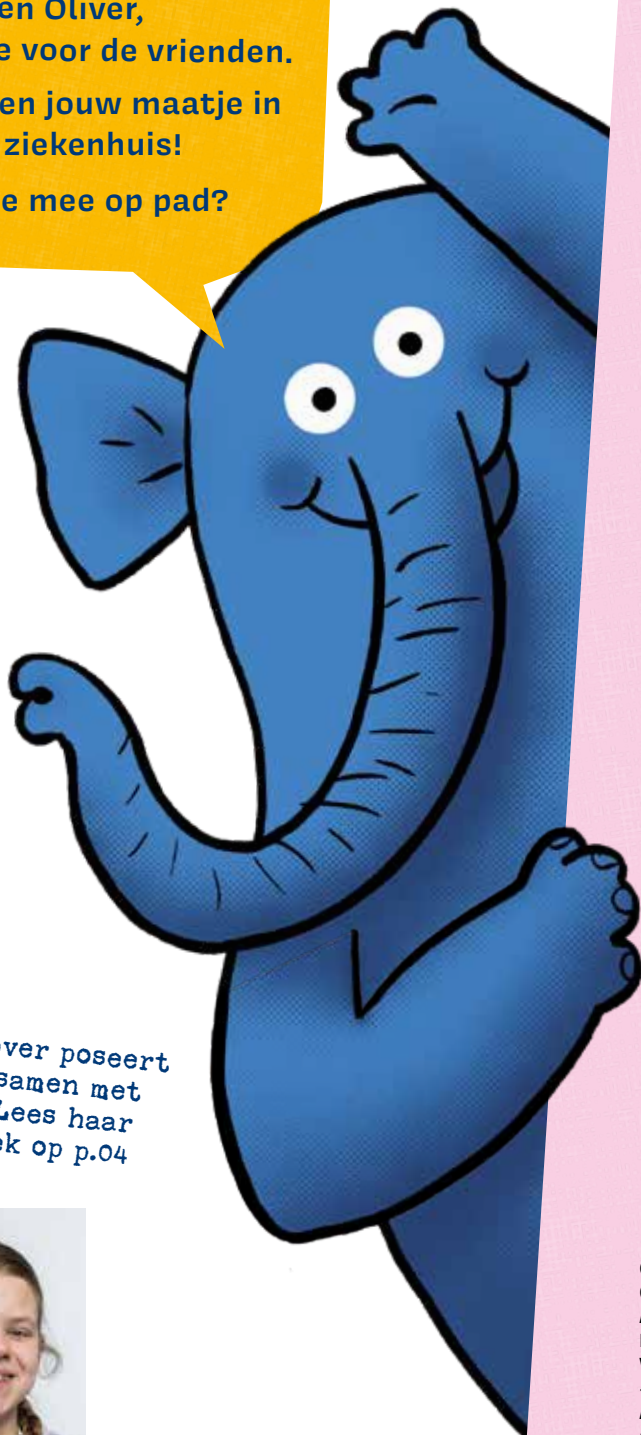


## Hallo daar!

Ik ben Oliver,  
Ollie voor de vrienden.

Ik ben jouw maatje in  
het ziekenhuis!

Ga je mee op pad?



Op de cover poseert  
Ollie samen met  
Lore. Lees haar  
dagboek op p.04



Dit is jouw boekje,  
vul maar in!

**Dit boekje is van ...**

**Ik ben hier met ...**

**Mijn lievelingseten ...**

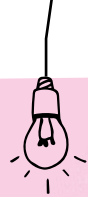
**Dit lust ik helemaal niet ...**

**Dit is mijn lievelingsdier ...**

Veel leesplezier!

### COLOFON

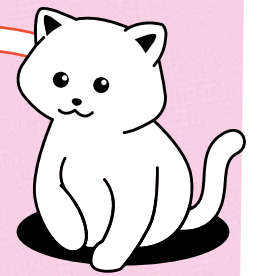
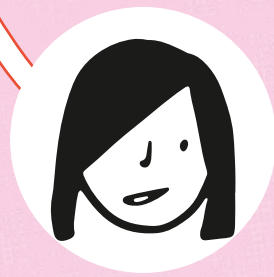
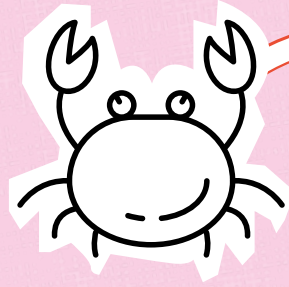
Oliver, magazine voor kinderen van het Universitair Ziekenhuis  
Antwerpen - Lente 2023 - Redactieadres: Oliver, afdeling Communicatie,  
Drie Eikenstraat 655, 2650 Edegem, communicatie@uza.be ·  
Verantwoordelijke uitgever: Marc Peeters · Hoofdredacteur: Evita Bonné  
· Redactieraad: Caitlin Stabel, Aline Michiels, Juliëtte Venverloo,  
Aithne Van Den Bossche, Greet Wouters, Jenke Jorssen · Redactie &  
realisatie: www.jaja.be · Fotografie: Frank Toussaint · Illustraties: iStock,  
Klaas Verplancke · Gedrukt op FSC-papier (FSC C014767), afkomstig van  
goed beheerde bossen.



### WIST JE DAT...

dieren ook allergisch kunnen zijn? Lees er meer over op p.14

**Wie is allergisch voor wat?**  
Volg de lijntjes en ontmasker de allergieën!  
Lees meer over allergie op p.06



Inkleuren mag altijd!



# Het dagboek van Lore



Vorig jaar kreeg Lore plots een pinda-allergie. Dat was schrikken! Ondertussen heeft ze geleerd waarop ze moet letten. Nu is ze altijd op haar hoede als ze iets eet, maar niet meer bang.



Vorig jaar ben ik plots allergisch geworden voor pinda's. En pinda's zitten echt in heel veel dingen!

Geen M&M's voor mij!

Ook op verjaardagsfeestjes moet ik heel goed opletten wat ik eet. Gelukkig helpen mijn vriendinnen mij om de ingrediënten na te kijken.



Mijn juf is goed op de hoogte en ze helpt me om te checken of er ergens pinda's in zitten. Zeker bij traktaties.



Pinda-alarm!



'Pinda's kunnen niet vliegen'

### Wie is Lore?

- > 12 jaar
- > Hobby's: turnen (8u per week!) en tekenen



Een keer per jaar krijg ik een bloedonderzoek en kom ik bij de allergiedokter voor een gesprek. Ze vraagt hoe de afgelopen maanden zijn verlopen en ze geeft heel goede tips!

Enkel voor noodgevallen!



Als ik op kamp ga, zit er altijd een adrenelinespuit in mijn koffer. Als ik een heel zware aanval zou krijgen, moeten ze die gebruiken. Gelukkig is dat nog nooit gebeurd!



Het is niet omdat ik deze allergie heb, dat ik niet kan sporten. Eigenlijk is mijn leven voor de rest heel normaal!

Daa-aaag!

Lees meer over allergie op p.06



Dr. Hagendorens

# Allergie

## Wat is dat?!

Soms hoor je kinderen zeggen dat ze 'allergisch' zijn voor huiswerk of voor de grapjes van de meester. Daarmee bedoelen ze dat ze het 'irritant' vinden. Maar wat betekent allergie nu echt?



### Oeps, foutje!

Allergie is eigenlijk een vergissing van je afweersysteem. Als microben, bacteriën of virussen in je lichaam proberen te komen, maakt je afweersysteem 'antistoffen' aan. Die vallen de indringers aan en voorkomen dat je ziek wordt. Meestal werkt dat prima, maar soms schiet je afweersysteem in actie tegen dingen die helemaal niet schadelijk zijn voor je lichaam, zoals pindanoten of kattenhaar.

Dan heb je een allergie.

Als je allergisch reageert, kan je last krijgen van tranende ogen, een snotneus, jeuk, rode bultjes op je huid of ga je niezen, hoesten of moeilijk ademen. Dat kan heel vervelend zijn, en in sommige gevallen zelfs gevaarlijk. Gelukkig kan een allergiedokter testen doen om de oorzaak te vinden. En er bestaan goede medicijnen om de effecten van allergie te verkleinen zodat je minder last hebt.



## Dingen in de lucht

De eerste groep allergieën heeft te maken met dingen die in de lucht zweven en die je dus inademt of die op je huid terechtkomen. In de lente en de zomer zijn dat vaak pollen van bomen en grassen die in bloei staan. Je kan ook allergisch reageren op huidschilfers van dieren, zoals van katten, honden of paarden, of op stof dat in je lakens zit of in het tapijt.



**Advies van de dokter?** Ben je allergisch voor een bepaald soort pollen, ga dan niet met je blote benen in het gras zitten en draag een leuke zonnebril om je ogen te beschermen. Voor dieren geldt: was je handen als je ze geaaid hebt, neem ze niet op je schoot en hou ze uit je slaapkamer.



## Dingen in voeding

De tweede grote groep allergieën heeft te maken met dingen die in voeding zitten. De meest voorkomende zijn allergie voor eieren en melk, vis, schaaldieren, pinda's, noten en kiwi.



**Advies van de dokter?** Bij voedingsallergieën is de algemene regel: strikt mijden! Wie allergisch is voor pinda's mag nooit pinda's eten! Dus ook geen chocoladerepen of andere producten waarin pinda's zijn verwerkt. Bij melk en eieren bestaat de kans dat je na verloop van tijd minder allergisch wordt en dat je allergie na een tijdje zelfs helemaal verdwijnt.



## WIST JE DAT...

het aantal allergieën de afgelopen 25 jaar is verdubbeld?

Lees op p.14 hoe dat komt

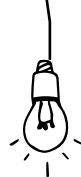


## Bij de allergiedokter

Wie symptomen heeft van allergie komt op consultatie bij de allergiedokter. 'Eerst stellen we veel vragen', zegt dr. Hagendorens. 'Wat voel je precies? Wanneer heb je daar last van? Komt het regelmatig terug? Bij sommige klachten weten we meteen dat het geen allergie is. Bijvoorbeeld bij kinderen die vaak buikpijn hebben. Dat heeft meestal een andere oorzaak.

Als de klachten wél in de richting van allergie wijzen, doen we testen. Er zijn twee soorten: een bloedonderzoek, waarbij we kijken naar de antistoffen die in je bloed zitten, of een huidtest, waarbij we je huid met verschillende stoffen in contact brengen om te zien bij welke stof je rode bultjes krijgt.

De behandeling hangt af van de soort allergie die je hebt. Er bestaan heel goede medicijnen – siropen, neussprays, pilletjes – die goed helpen en die perfect veilig zijn om te gebruiken. Je moet er natuurlijk wel aan denken om ze op het juiste moment in te nemen. Daarom zeggen we tegen kinderen en hun ouders: zet ze goed in het zicht in de living zodat je ze niet vergeet!



### WIST JE DAT...

pindanoten eigenlijk geen noten zijn, maar peulvruchten? Ze groeien niet aan bomen, maar als peultjes aan struiken.



Eerste hulp bij ...

# pinda's!

Allergisch zijn voor pinda's is best heftig. Je mag ze absoluut niet eten, zelfs pinda's aanraken, kan een allergische reactie uitlokken. Waarop moet je letten als je deze allergie hebt of als je iemand kent die ze heeft?

#### Wat gebeurt er?

Wie allergisch is voor pinda's kan verschillende symptomen krijgen: een jeukende huid, een opgezwollen gezicht, hoesten, niezen, moeilijk ademen... In het ergste geval krijg je een reactie in heel je lichaam en kan je in shock gaan. Dan moet een volwassene een prik geven met een adrenalinepen.

#### Pinda's spotten

Pinda's komen in heel veel voedingsmiddelen voor. Ze worden als borrelnootjes gegeten, maar ze kunnen ook in snoep zitten, in chocolade, ontbijtgranen, ijs, margarine, gebak, vleesvervangers ...

#### Heb je zelf een pinda-allergie?



Let goed op bij traktaties in de klas. Weten je vriendjes dat je allergisch bent? Vraag het best nog eens voor je snoep of gebakjes eet. Of zorg dat je steeds iets lekkers bij hebt dat zeker veilig is voor jou.



Vraag je vrienden om hun handen te wassen als ze pinda's hebben gegeten.



Het is goed om aandachtig te zijn. Maar de hele tijd angstig zijn, is niet nodig. De pinda's vliegen niet door de lucht!

#### Heb je een vriendje met een pinda-allergie?



Denk daaraan als je een traktatie meebrengt voor de klas. Geef iets waar geen pinda's in zitten of zoek een lekker alternatief voor je allergische vriend.



Was je handen als je pinda's hebt gegeten.



## Onderwaterwereld

Ollie droomt van een aquarium vol eigenaardige vissen en andere beestjes. Knutsel op deze pagina's je eigen wondere wereld van onderwaterdieren bij elkaar.

### Wat heb je nodig?

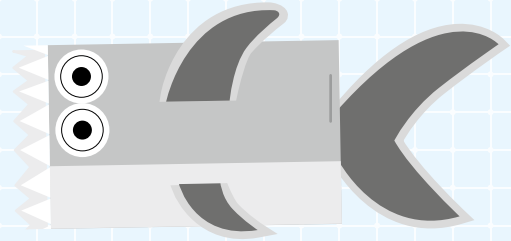
- WC-rolletjes
- schaar
- lijm
- nietjesmachine
- verf materiaal



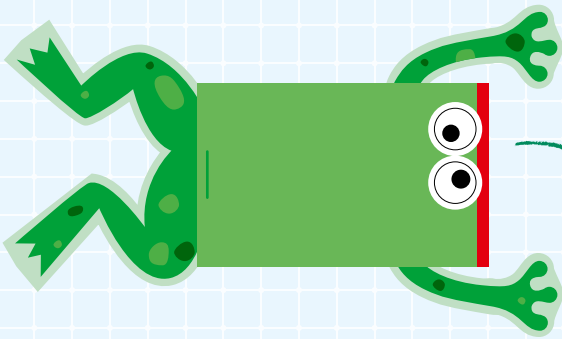
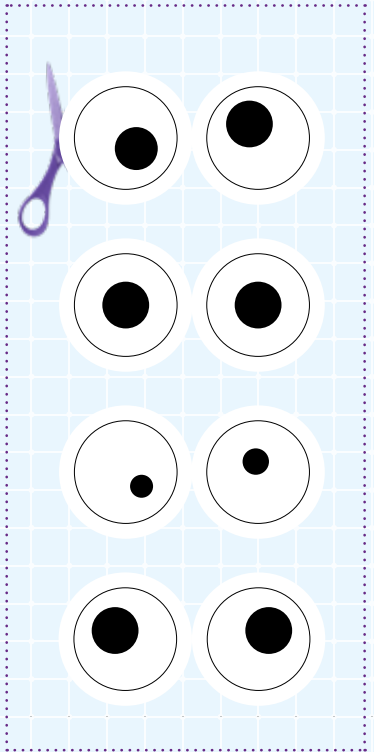


## Knip & plak dierenrolletjes

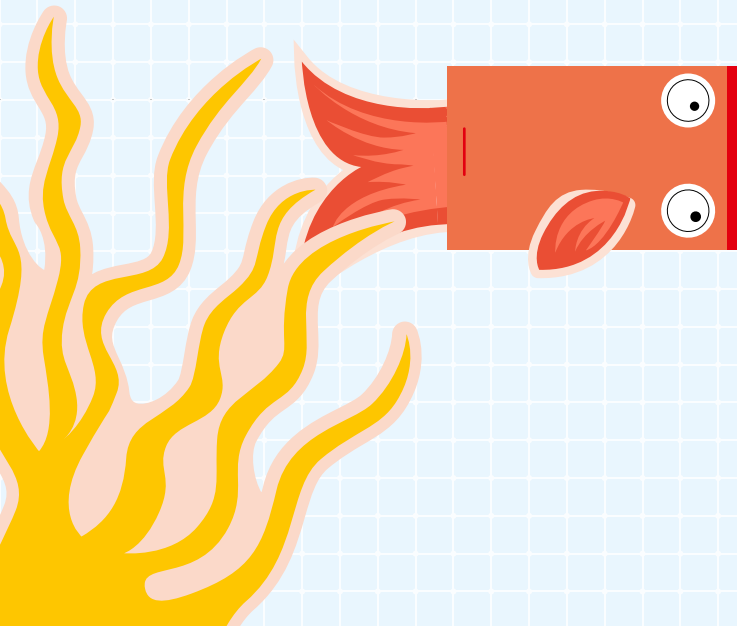
1. Beschilder je WC-rolletjes:  
groen voor de kikker, rood of blauw voor  
de vis en grijs en wit voor de haai.
2. Knip op de pagina hiernaast  
alle losse onderdelen uit.
3. Lijm de gearceerde stroken vast.  
Staart of poten aan de binnenzijde  
van het rolletje. Vinnen, pootjes en ogen  
aan de buitenkant.
4. Nijp de poep van je diertje dicht  
en schiet er een nietje door.

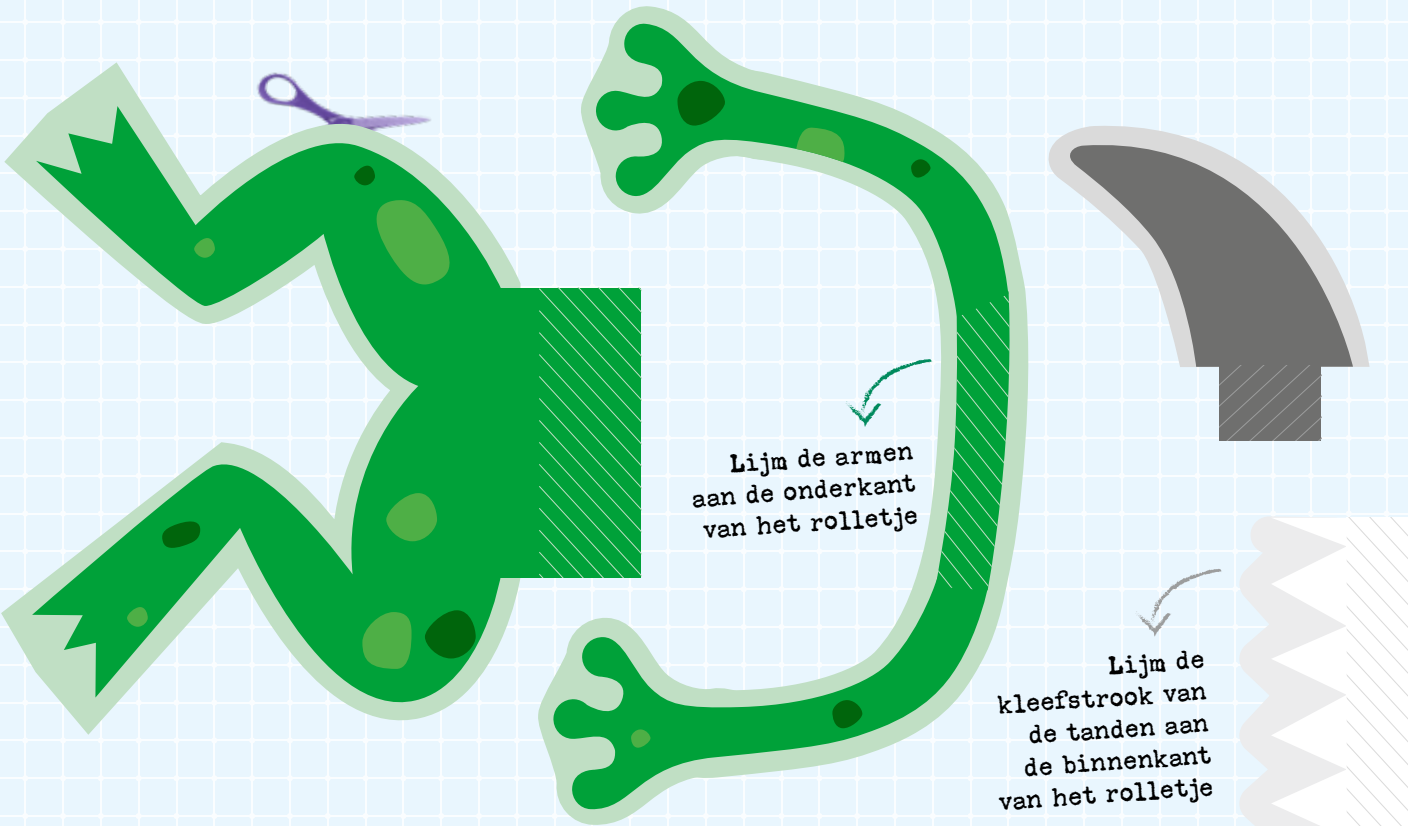


Geef al je  
waterdieren ogen!



Krijgt jouw kikker  
ook rode lippen?



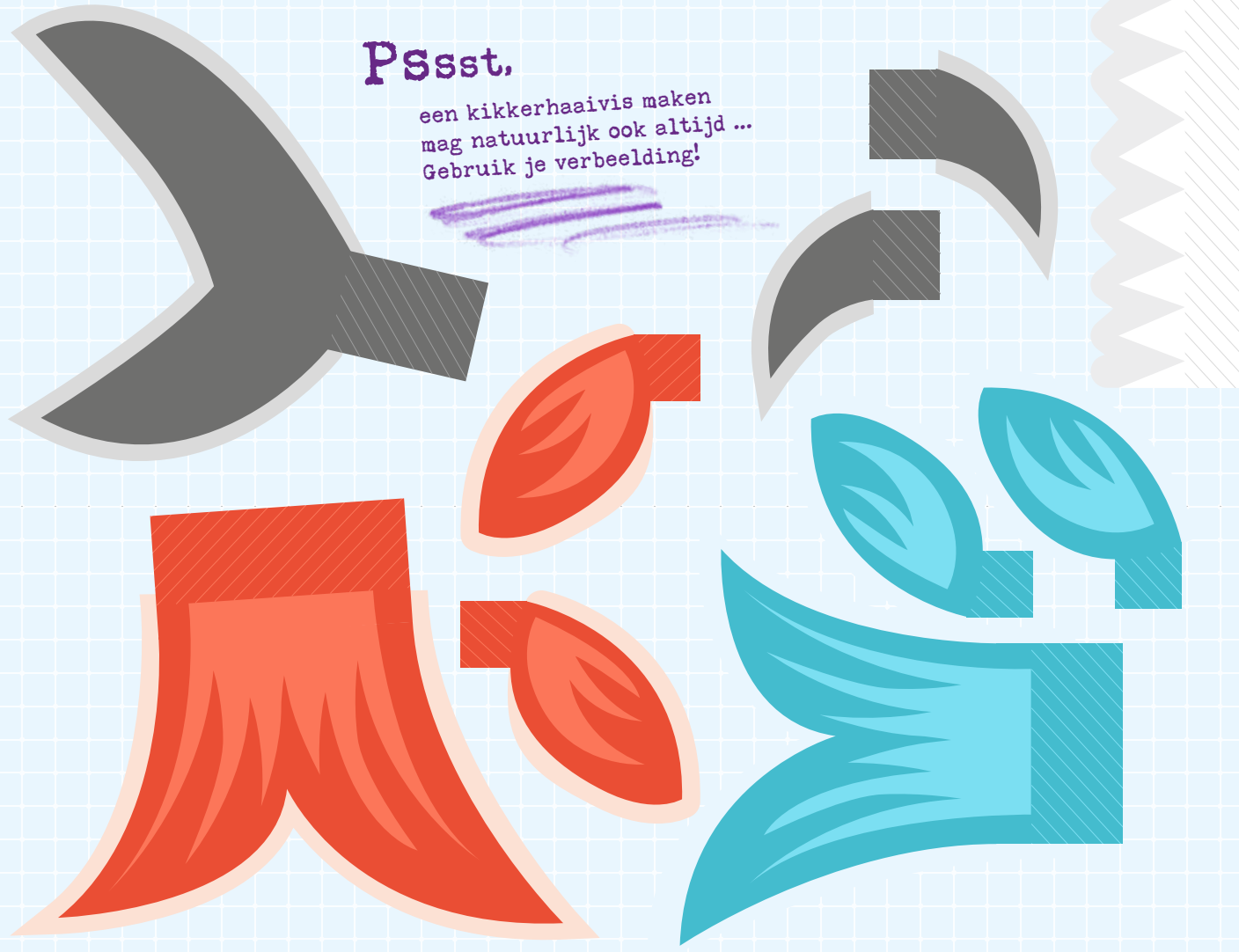


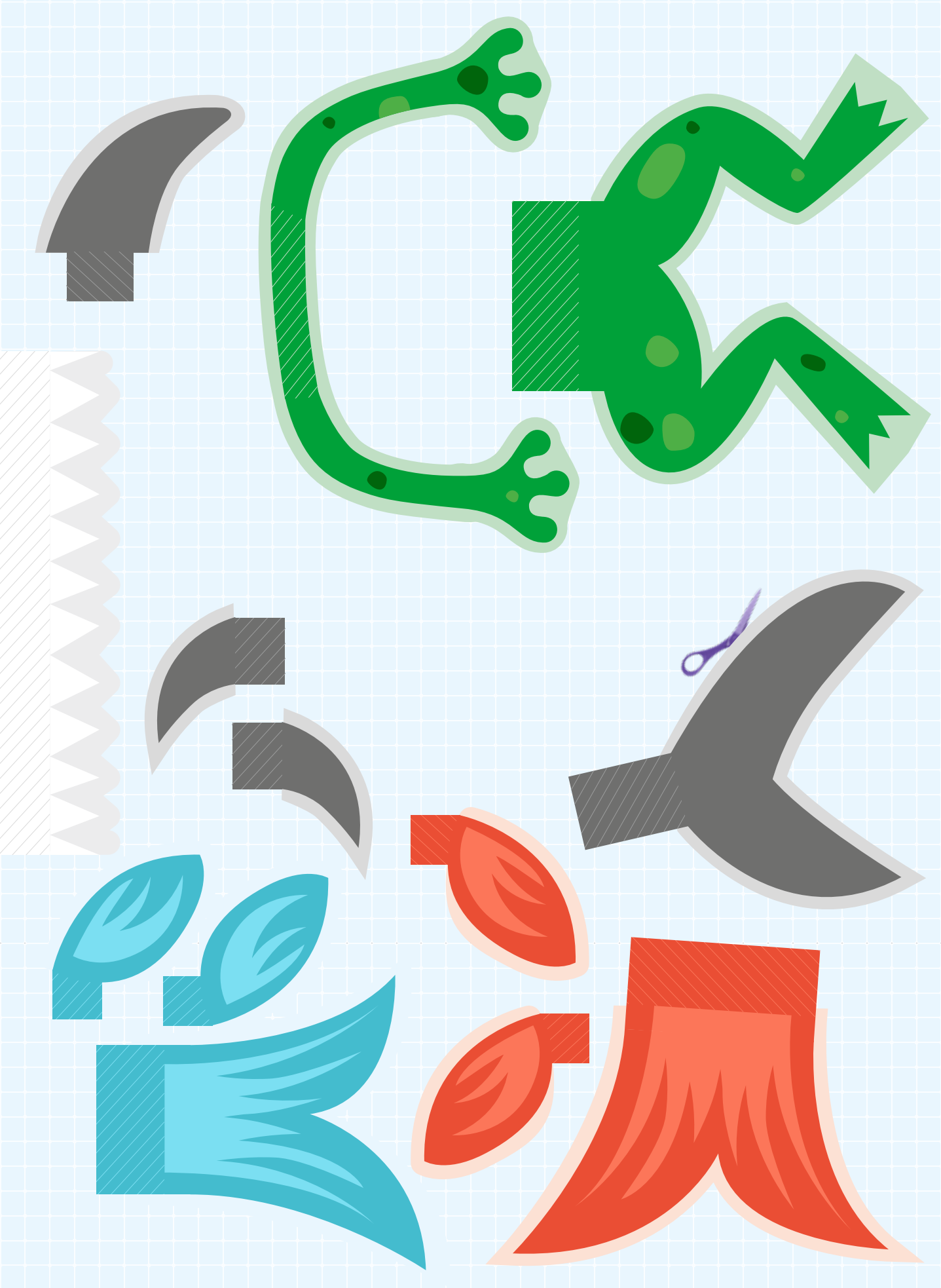
Lijm de armen  
aan de onderkant  
van het rolletje

Lijm de  
kleefstrook van  
de tanden aan  
de binnenkant  
van het rolletje

**Pssst.**

een kikkerhaavis maken  
mag natuurlijk ook altijd ...  
Gebruik je verbeelding!







## Kinder- kunstgalerij

Is het een Picasso, een Karel Appel of een Van Gogh? Nee, het zijn werken van onze jonge kunstenaar-patiënten! Samen met onze vrijwilliger Martine maakten ze meer dan 250 kunstwerken, van abstracte schilderijen, zelfportretten en kleien beeldjes tot geferfd porselein en zeefdrukpostkaartjes. Die konden bezoekers op 25 maart ontdekken op een parcours van 2 km doorheen het UZA.



## Er staat een paardje in de gang

Op 19 januari kwam Mini Magnum, het knuffelpaardje van Siann zvw, op bezoek. De lieve viervoeter kon weer op veel belangstelling rekenen van kinderen én volwassenen! Met het hartje dat op Mini Magnums rug is geschoren, is hij nu nog schattiger! Wie deze activiteit graag wil sponsoren, kan dat via deze link ...



## Spelen met Jan Vertonghen

Het UZA en de Jan Vertonghen Foundation hebben samen één doel: zieke kinderen een hart onder de riem steken. Op 20 december kwam voetballer Jan Vertonghen zelf langs op onze kinderafdeling om kerstcadeautjes uit te delen. Eén van die cadeautjes was een kunstdoosje, speciaal ontworpen voor kinderen die hun kamer niet mogen verlaten. Een aantal kinderen kregen ook de kans om samen met hun voetbaldoel spelletjes te spelen.



## Love is in the air!

Op 14 februari – Valentijnsdag – hebben we veel liefde gevoeld op de kinderafdeling! We kregen een lekker ontbijt van zvw Bring A Smile, maar ook leuke knutseldoosjes en puzzelboekjes. En dat allemaal dankzij de liefdevolle attenties van Fonzz, Denksport, Bakkerij Ceuppens, Proxy Delhaize Hoevenen, Le Cuisine J. en Bring A Smile. Ook bedanken we Amanda Coppens voor de mooie en lekkere cupcakes!



## Fietsjes van Finn

In samenwerking met Bring A Smile deden de ouders van Finn, een jongen die vorig jaar in september jammer genoeg overleed, deze mooie schenking aan onze afdeling. De fietsjes werden overhandigd op 15 februari, de verjaardag van de kleine Finn. Hij was dol op Paw Patrol, vandaar het opschrift 'Finn Patrol' op een van de fietsjes.



## Stip it

Pesten, daar doen we niet aan mee. In de week tegen pesten (10-18 februari) hebben we die boodschap nog eens luid en duidelijk verkondigd met stippen-pins en stippen op onze hand. Ons motto: 'Je bent wie je bent, dat is je grootste talent!'





Professor Weetalles weet alles over gezondheid en het ziekenhuis.

Professor Weetalles



## Luxebeestjes

Onze voorouders uit de oertijd hadden waarschijnlijk minder last van allergieën dan wij, moderne mensen. Ze leefden in veel primitievere omstandigheden en werden constant blootgesteld aan bacteriën, schimmels, parasieten en infecties. Hun afweersysteem had dus wel wat beters te doen dan de strijd aangaan tegen graspollen. Ons afweersysteem vandaag heeft zo weinig om handen dat het zich gaat richten op onschuldige deeltjes in onze omgeving. Zoals pollen in de lucht, of voeding die helemaal niet schadelijk is. Allergie is dus eigenlijk een fenomeen van onze propere, moderne tijd.

5 dingen die je nog niet wist over ...

# allergie



## Monstertjes in bed

Of je het nu leuk vindt of niet, in je bedje slaap je nooit alleen: een massa huisstofmijten houdt je gezelschap. Het zijn heel kleine diertjes die je niet met het blote oog kan zien. Ze zijn gek op de dode huidschilfers tussen je beddenlakens, maar bijten doen ze niet. Alleen ontwikkelen veel kinderen een allergie tegen huisstofmijt, en meer bepaald tegen de drolletjes die ze achterlaten. Wil je zo weinig mogelijk gezelschap van de mijten? Gooi dan elke dag je dekens open en verlucht je kamer goed. Ook in de winter. Laat die lakens elke week wassen, liefst op 60°! En hou je slaapkamer netjes: leg je kleren in de kast en zoek een andere plaats voor je verzameling knuffels en kunstwerken!



## Niet lusten of allergie?

Als kinderen iets écht niet lusten, kan dat soms wijzen op allergie. De kriebel die ze voelen in hun mond en op hun tong kan een reactie zijn van het lichaam op bepaalde stoffen in de voeding. Als je nu denkt: 'Joepie, ik ben allergisch voor spruiten, nu hoef ik ze nooit meer te eten!', dan zal je toch eerst de allergiedokter moeten overtuigen. Want niet lekker vinden en allergie hebben, dat zijn twee heel verschillende dingen!



## Allergische dieren

Mensen kunnen allergisch zijn voor dieren, maar dieren kunnen zelf ook allergieën hebben. Veel dieren zijn bijvoorbeeld allergisch voor het speeksel van vlooiën. Van één vlooiënbeet krijgen ze al over heel hun lijf uitslag en jeuk. Honden kunnen bovendien allergisch zijn voor de huidschilfers van andere honden en zelfs voor de huidschilfers van mensen! Het lijkt de omgekeerde wereld wel: een hond die een pilletje krijgt tegen mensenallergie!

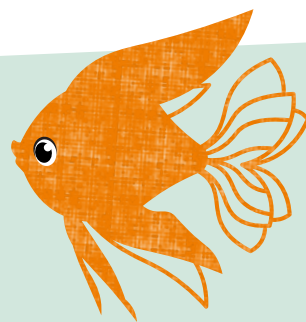
## HAAAAATSJOE...

Het geluid dat je maakt als je niest, is bij iedereen anders. Er zijn bescheiden niesjes die je amper hoort en luide 'hatsjoes' die de hele buurt opschrikken. Veel hangt af van je longinhoud en de hoeveelheid lucht die je vooraf hebt ingeademd. Hoe meer lucht, hoe luider de nies. Tijdens je slaap nies je (bijna) nooit. Slaap is zo belangrijk voor je lichaam dat andere functies even in de wacht worden gezet. Enkel als de prikkel heel sterk is, ga je toch niezen. De kans is groot dat je jezelf dan wakker niest!

## 5 vragen aan

Munazza,  
schoonmaakster op  
de kinderafdeling

# ‘Thuis moet het ook netjes zijn. Gelukkig helpen mijn kinderen!’



### 1 Je houdt de kamers schoon op de kinderafdeling. Werk je hier graag?

Ik poets al 7 jaar in het UZA, maar sinds een jaar of 3 enkel op de kinderafdeling. Hier werk ik het liefst omdat ik veel van kinderen hou. We hebben altijd leuke babbeltjes als ik bij hen op de kamer kom.

### 2 Je poetst de hele dag. Moet je dan thuis ook nog poetsen?

Ja, natuurlijk. Thuis moet het ook netjes zijn. Maar ik vind dat niet zo erg. Elke dag koken is voor mij veel lastiger. Gelukkig heb ik kinderen die groot genoeg zijn om een beetje te helpen.

### 3 Heb je je kinderen goed getraind om thuis te helpen?

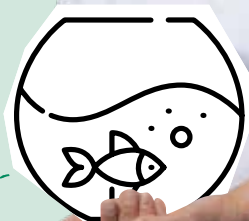
Mijn zoon van 19 moet ik wel wat aanmoedigen, die is altijd met andere dingen bezig. Maar mijn dochter van 13 helpt heel goed mee. Ik moet het zelfs niet vragen, ze doet het spontaan!

### 4 Hebben jullie huisdieren?

Nee, we zijn allemaal allergisch voor dieren. We hebben ooit wel een vis gehad. Ik dacht: ideaal want die verliest geen haar! Maar uiteindelijk heb je daar niet zoveel aan, die kan je niet knuffelen.

### 5 Als je niet allergisch was, welk huisdier zou je dan willen?

Een kat! Maar we hebben een goede oplossing. Een vriendin van mij heeft een kat. En als zij op reis gaat, komt die bij ons logeren. Dan kunnen we eventjes doen alsof het onze eigen kat is en haar lekker verwennen!



Wel proper, maar  
je kan hem niet  
knuffelen!

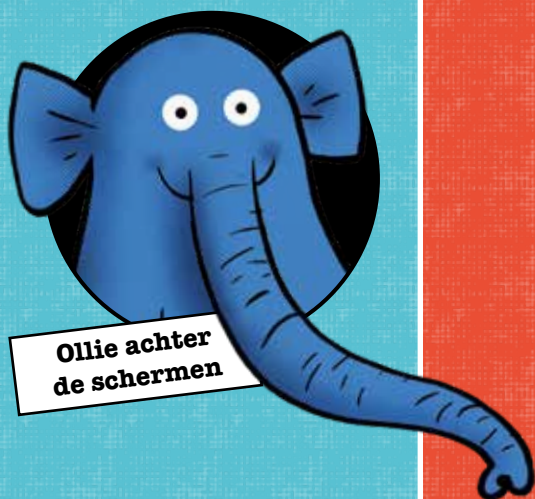




**Daar is de lente!**

Geef jij dit plaatje vrolijke kleuren?





## Heeft Ollie een allergie?

Ollie niest en snottert de hele tijd. Maar waarom? Vandaag krijgt hij een huidtest om te zien of hij ergens allergisch voor is.

Gezondheid, Ollie! We gaan eens testen waarom jij zo moet niezen.



De dokter wil testen of je allergisch bent voor stof, graspollen, boompollen, katten of honden. In deze flesjes zit een extract van elke soort.



Bij elk cijfer doe ik een ander druppeltje.

Nu zet ik met een klein pinnetje een krasje bij elke druppel. Zo komt de vloeistof in aanraking met de cellen onder je huid.



Toon je arm eens, Ollie. Heb je ergens een rood bultje gekregen?



Ja, kijk! Bij nummer 5.

En nu moeten we een kwartiertje wachten. Zet je maar even in de wachtkamer.



15 minuten later ...

Dan ben je allergisch voor katten, Ollie. Heb jij thuis een kat?

Ja, Floppie!



Mag ik nu nooit meer met Floppie spelen?



Jawel, hoor. Maar je moet je pootjes wassen als je haar geaaid hebt. En ze mag niet in je bed!



Oh, dat was nochtans gezellig.



Floppie zal het wel begrijpen, Ollie.



Tja, misschien is zij ook wel allergisch voor olifanten?

Dag Ollie, veel groetjes aan Floppie!



Zal ik doen. Daaaag!



## Hoe werkt de huidtest?

Een huidtest helpt de allergiedokter om uit te vissen waarvoor je precies allergisch bent. Na een heleboel vragen stelt ze een lijstje op met stoffen die ze wil testen. De verpleegkundige die de test afneemt, zet eerst een reeks cijfers op je arm. Dan doet ze naast elk cijfer een druppeltje van een bepaalde vloeistof. Met een fijn pinnetje zet ze ook telkens een krasje zodat de vloeistof in contact komt met de cellen onder je huid.

De eerste twee cijfers dienen om te checken of de test bij jou goed werkt. Bij 0 komt een druppel die enkel water bevat: hierop mag je huid niet reageren. Bij 1 komt een druppel met de stof histamine: hierop moet je huid zeker een bobbel maken. Als de uitkomst van de eerste twee klopt, is de test betrouwbaar.

Bij de volgende cijfers komen dan druppels met stoffen waarvoor je allergisch kan zijn: pollen, huisstofmijt, huidschilfers van katten of honden ... Krijg je bij een of meerdere van die cijfers een rood bobbeltje, dan is de allergie ontmaskerd! De dokter geeft dan tips en eventueel medicatie zodat je er minder last van hebt.

