

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 7 «Ивушка» г. Белореченска МО Белореченский район

Консультацию подготовил:
Воспитатель 2 младшей группы Королева М.В.
Консультация для родителей «Аллергия на весну у ребенка» **д**



Весна — самое красивое время года. Ты только что вышел из зимней спячки, расправил перышки и с блаженством вдыхаешь аромат распустившихся цветов и зелени. Пора на пикник, на дачу, на шашлыки! Но... есть одна неприятность. Что делать, если у вашего **ребенка аллергия** на всю эту красоту и все эти запахи? Вместо пикников приходится сидеть дома с закрытыми окнами... Насморк, высыпания, слезотечение, чихание и прочие “прелести” сваливаются на вас каждую **весну**.

Поллиноз или сенная лихорадка — это реакция детского организма на раздражитель — пыльцу деревьев, луговых трав, злаков, комнатных растений. **Аллергия** появляется вследствие ослабленного иммунитета либо наследственности.

Кстати! **Аллергия** на тополиный пух встречается очень редко. Сам пух просто является “транспорт” для пыльцы других растений. Наиболее опасна и встречается гораздо чаще **аллергия на пыльцу березы**.

В связи с **аллергией** на цветение нередко может развиваться и “перекрестная **аллергия**”. То есть

те же симптомы могут вызвать и продукты питания, которые содержат в себе схожие вещества. Например, белок пыльцы сходен с белком некоторых продуктов. Поэтому советуем сесть на **гипоаллергенную диету**.

При **аллергии на пыльцу деревьев**, врачи рекомендуют отказаться от орехов, яблок, картофеля, огурцов, томатов. Если на цветение луговых или сорных трав - от хлеба, сладкой сдобы, клубники, цитрусовых, каши из злаковых культур исключение – гречка).

Но прежде всего, стоит провести своевременное обследование **ребенка**, чтобы понять действительно ли это **аллергия** или простудное заболевание, так как симптомы часто схожи.

Поставить точный диагноз и выявить **аллерген может только врач**, для этого ему понадобятся лабораторные исследования:

анализ крови (на специфические

иммуноглобулины);

проведение кожных **аллергопроб**.

И главное, помните — если **ребенка не лечить**, у него может развиваться бронхиальная астма или расшириться спектр **аллергенов**.

Как облегчить симптомы:

1. Самое лучшее, что можно

сделать — это уехать в то место, где отсутствуют **аллергены** — на море или в другую страну.

2. Если не получается кардинально сменить климатические условия, не выезжайте за город.

3. Не гуляйте с **ребенком** в сухую безветренную погоду, а выходите на улицу вечером или после дождя, когда концентрация пыли снижена.

4. После прогулки обязательно смените одежду и помойте **ребенка вместе с головой**.

5. Как можно чаще делайте влажную уборку.

6. Держите окна закрытыми, проветривать помещение также лучше вечером или после дождя.

7. Если очень душно, можно повесить окна мокрой тканью.

8. Снизить концентрацию пыли поможет очиститель воздуха.

9. Ингаляции могут позволить «очистить» дыхательные пути от **аллергена**. **Ребенку** становится легче дышать.

10. Исключите некоторые продукты, которые могут вызвать перекрестную **аллергию**. Если **ребенку до года**, тогда на диету должна сесть мама.

Спасибо за внимание! Здоровья вам и вашим детям!