

## Консультация по запросу родителей

### «ПИЩЕВАЯ АЛЛЕРГИЯ У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА»

Старшая медицинская сестра: И.А.Субботина

Аллергические реакции у грудных детей встречаются в наши дни весьма часто. Нередко мамы, кормящие малыша грудью, ошибочно считают, что в таком случае ребенок застрахован от аллергии. Это не так, потому что аллергены могут содержаться и в грудном молоке.

Пищевая аллергия – реакция иммунной системы на какой-либо продукт питания, выполняющий роль аллергена. Каков механизм аллергической реакции? В ответ на аллерген в организме синтезируются иммуноглобулины E (IgE), которые активируют каскад реакций, приводящих к развитию аллергических симптомов. Обычно аллергические реакции возникают вскоре после употребления в пищу продукта, к которому имеется повышенная чувствительность, но иногда аллергия бывает и отсроченной (замедленной), проявляясь лишь через несколько часов после съеденного.

Пищевые аллергены способны изменять свои свойства в процессе кулинарной обработки, при этом одни теряют аллергенность, а другие, напротив, становятся более аллергенными.

*Какова вероятность появления пищевой аллергии у ребенка?*

К развитию аллергических реакций в первую очередь предрасполагает наследственность. Повышенный риск возникновения пищевой аллергии существует у детей, в семьях которых уже были зафиксированы случаи аллергии.

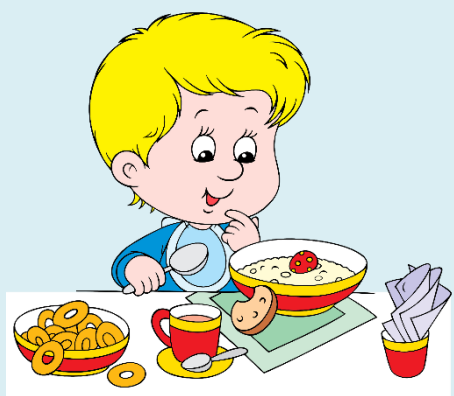
Также к аллергическим реакциям у новорожденного может привести гипоксия плода (кислородная недостаточность) во время беременности и родов, перенесенные малышом острые респираторно-вирусные и кишечные инфекции с последующим нарушением состава кишечной микрофлоры.

Негативную роль играет курение матери во время беременности, наличие у нее хронических сердечно-сосудистых и бронхолегочных заболеваний, а также инфекционные заболевания, перенесенные матерью во время беременности, и проводимая в связи с этим антибиотикотерапия. Считается, что дети, чьи мамы в период беременности злоупотребляли высокоаллергенными продуктами, имеют риск стать аллергиками.

Возникновение пищевой аллергии у грудничков связано с функциональными особенностями их пищеварительного тракта: пока еще низкая активность ферментов, низкий уровень выработки IgA (иммуноглобулины A) – защитных антител, расположенных на поверхности слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта. Именно они обеспечивают местную защиту слизистых оболочек кишечника от



чужеродных агентов. А так как для новорожденного характерна повышенная проницаемость слизистых оболочек, то аллергены легко проникают в кровь. И конечно, аллергические реакции связаны с нарушениями в питании кормящей матери, с избыточным употреблением ею высокоаллергенных продуктов.



Наиболее частая причина пищевой аллергии – обычное перекармливание ребенка. При регулярном переедании аллергические реакции могут возникать даже на те виды пищи (включая материнское молоко), которые еще недавно прекрасно переносились малышом.

Любой продукт питания может послужить причиной развития пищевой аллергии у грудничка (не так уж редки случаи, когда зеленые яблоки или рисовая мука, считающиеся гипоаллергенными продуктами, приводили к развитию тяжелых аллергических реакций у детей первых лет жизни). Известна даже аллергия к материнскому молоку. И к его заменителям. Эти смеси обычно готовятся на основе коровьего молока (за исключением специализированных смесей), поэтому при раннем переводе ребенка на искусственное вскармливание часто возникает непереносимость молочного белка.

Существует ряд продуктов питания, которые медики относят к числу аллергенов:

Молоко животных – самая частая причина пищевой аллергии на первом году жизни;

Шоколад, кофе, какао – могут присутствовать в качестве вкусовых добавок к некоторым продуктам питания;

Яйца куриные – иногда входят в состав таких зерновых продуктов, как печенье или макароны;

Рыба, рыбья икра, морепродукты (креветки, кальмары, омары и прочая морская живность);

Грибы – непригодны для детей ни в каком виде, включая соусы, супы и т.д.;

Орехи – избегать все разновидности в любом виде;

Мед – может входить в состав некоторых продуктов для детского питания и вызывать тяжелейшие формы аллергии;

Фрукты, ягоды и овощи ярко-красного и оранжевого цветов, а также соки из них (цитрусовые, свекла, клубника, малина и т.п.);

Соя – входит в состав приправ, соусов, отдельных видов овощных пюре и заменителей грудного молока.

Поэтому Ребенку первого-второго годов жизни ни в коем случае нельзя давать икру, шоколад, грибы и орехи.

*Признаки пищевой аллергии*

Основные признаки аллергии на пищу – поражение кожных покровов. Такую пищевую аллергию принято называть «диатезом» (наиболее распространенный вариант атопического дерматита). Аллергические поражения кожи: различная сыпь на теле, покраснения, зуд и шелушение кожи щек, упорные опрелости, несмотря на тщательные гигиенические мероприятия (экзема), обильная потница при легком перегревании, излишняя сухость кожи (нейродермит), гнейс (образование чешуек, шелушение) на волосистой части головы и бровях, крапивница.

Другие аллергические проявления – нарушения со стороны органов желудочно-кишечного тракта. Как правило при этом, у больного наблюдается дисбактериоз кишечника. Проявляется (при отеке слизистой желудочно-кишечного тракта) в виде: срыгивания, рвота, частый и жидкий стул с пеной или примесью зелени, запор, кишечные колики, боли в животе, метеоризм.

Значительно реже при пищевой аллергии страдает дыхательная система. Проявляется (при отеке слизистой дыхательных путей) в виде: аллергическая заложенность носовых ходов, аллергический насморк, затрудненное дыхание, бронхоспазм (при бронхоспазме воздух не поступает в дыхательные пути или поступает с большими затруднениями – это самый опасный исход аллергического отека).

Особенно опасен для новорожденного отек Квинке (вид аллергической реакции, для которой характерно внезапное появление отека кожи, подкожной клетчатки и слизистых оболочек). При отеке Квинке в области гортани возникает удушье, сходное с приступом бронхиальной астмы. При отёке гортани сначала появляется осиплость голоса, лающий кашель, затем одышка с шумным дыханием. Цвет лица приобретает синюшный оттенок, затем резко бледнеет.

Встречаются и сочетанные поражения кожи и кишечника, кожи и бронхов. При одновременном поражении кожных покровов, пищеварительной системы и органов дыхания ребенку может потребоваться срочная госпитализация.

Многие родители задаются вопросом, прекратятся ли у ребенка проявления пищевой аллергии с возрастом? По мере роста совершенствуются функции печени и кишечника, иммунная система, что позволяет надеяться на прекращение аллергии на молоко, яйца, овощи и пр., особенно если родители будут проводить противоаллергические мероприятия. Лишь 1-2% детей пищевая аллергия сопровождает во взрослую жизнь.