

«Пищевая аллергия у ребенка: какие продукты вызывают реакцию у детей»

Пищевая аллергия — это своеобразная защитная реакция иммунной системы, направленная на уничтожение веществ, присутствующих в определенных продуктах. Организм решает, что эта пища ему не подходит и пытается нейтрализовать ее воздействие. Реакция на продукты может развиваться у ребенка любого возраста и при неблагоприятных условиях и отсутствии лечения остаться на всю жизнь, требуя постоянных ограничений в еде.

Пищевая аллергия и пищевая непереносимость: давайте разберемся, в чем разница. Аллергия — это иммунный процесс, а пищевая непереносимость подразумевает: «неправильная» пища не усваивается организмом и способна спровоцировать острое отравление. Но если истинная аллергия проявляется спустя некоторое время после контакта с опасным продуктом, непереносимость дает о себе знать практически моментально.

Пищевые аллергены

К самым распространенным продуктам, вызывающим аллергическую реакцию, относятся: куриные яйца; арахис; коровье молоко; соевые продукты; рыба и морепродукты; пшеница; цитрусовые. Также аллергию спровоцировать желтые или красные фрукты и ягоды, окрашенные сладости и газированные напитки. Если малыш находится только на грудном вскармливании, опасность представляет неправильное питание мамы. Реакции на сою, яйца и молоко обычно встречаются у младенцев и зачастую к 2–3 годам они проходят самостоятельно. На протяжении всей жизни может сохраняться аллергия на морепродукты, арахис и лесные орехи.

Причины развития пищевой аллергии у детей

К группе высокого риска относятся дети с наследственной предрасположенностью: если от аллергии страдали родители, то вероятность развития патологии у ребенка возрастает в разы. В качестве профилактической меры рекомендуется грудное вскармливание минимум до шести месяцев. Пищевую аллергию у ребенка могут спровоцировать самые разные факторы. Иногда предрасположенность к этому заболеванию формируется еще внутриутробно, если будущая мама часто употребляла аллергенные продукты, не отказалась от вредных привычек или получала недостаточно витаминов. Также малыш может стать аллергиком, если мать во время беременности перенесла обострение хронических заболеваний и инфекционные болезни, вынуждена была принимать антибиотики или другие серьезные препараты. Также вызывать аллергию у детей могут: лечение антибиотиками в течение первого года жизни; патологии желчевыводящих

путей, печени или ЖКТ; заболевания эндокринной системы. Важную роль играет питание. Если ребенок находится на грудном вскармливании, а мама не соблюдает диету — аллергены попадают в организм малыша с грудным молоком. Опасность несет также преждевременное введение прикорма и неправильное питание: перекармливать маленьких деток опасно, знакомство с новыми продуктами должно проходить постепенно и в малых количествах.

Симптомы аллергии на продукты

К типичным симптомам относятся следующие нарушения: жжение и зуд кожных покровов, сыпь, шелушения кожи; заложенность носа, отечность, насморк; запоры или понос, тошнота и рвота, дискомфорт в желудке; повышенная слезоточивость. Отек Квинке.

Возможные осложнения

При острой реакции симптомы аллергии проявляются моментально, сразу после попадания аллергена в организм. Высокая чувствительность и повторный контакт ведут к анафилактическому шоку — состоянию резкого понижения давления и удушью. Возникает он чаще всего на прием белковой пищи.

Диагностика

Чтобы предотвратить осложнения, необходимо точно вычислить, какой из продуктов вызывает негативную реакцию. При первых признаках необходимо обратиться к педиатру.

Главная задача родителей — контролировать питание, чтобы предотвратить развитие обострений. Ребенку необходимо соблюдать гипоаллергенную диету, при которой из рациона исключаются опасные для него продукты питания.

Прогноз

Пищевая аллергия, проявившаяся в детстве, имеет свойство проходить с возрастом. Если она имела легкое или среднее течение, мама уделяла должное внимание питанию малыша, не провоцируя новые приступы, в большинстве случаев она не дает о себе вспоминать после трехлетнего возраста. Если же симптоматика была тяжелой, родители не сразу обратились к врачу или аллергены долгое время не исключались из рациона, реакция может остаться на всю жизнь. В таком случае аллергик будет вынужден на всю жизнь отказаться от некоторых продуктов.