

Пищевая аллергия

Подготовила: воспитатель МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 118» г. Воронеж

Пищевая аллергия у ребенка – это то, на что родителям следует обратить пристальное внимание.

Что это такое? Развитие аллергических высыпаний, которые появляются на коже после употребления определенных продуктов питания, называется пищевой аллергией. Данное состояние одинаково часто встречается как у мальчиков, так и у девочек.



Как возникает? Провоцирующими факторами при такой форме аллергии выступают различные продукты, которые оказывают сильное алергизирующее действие. Попадающие в организм аллергены проходят через желудочно-кишечный тракт и легко всасываются. Попадая в кровеносное русло, чужеродные компоненты распознаются клетками иммунной системы.

Контакт с аллергеном провоцирует начало каскада воспалительных реакций. Во время их развития выделяется огромное количество биологически активных веществ. **Повышение уровня иммуноглобулина Е может свидетельствовать о развитии аллергической реакции.**

Другими веществами, которые также способствуют воспалению, являются **брадикинин и гистамин**. Они влияют на тонус и диаметр кровеносных сосудов. Повышенная концентрация таких веществ приводит к сильному спазму периферических артерий, что способствует резкому снижению артериального давления и нарушению сократительной функции сердца.

Причины Продуктов, вызывающих пищевую алергию, достаточно много. Часто провоцирующим фактором, который запускает аллергический процесс, становится какое-то входящее в состав продукта вещество с выраженными антигенными свойствами.



Среди наиболее распространенных причин возникновения пищевой аллергии:

Цитрусовые и другие тропические плоды.



Экстрактивные вещества и фруктовые кислоты обладают выраженными алергизирующими свойствами.



Морепродукты. Многие мамы впервые добавляют их в детский рацион в 3-4 года. Именно в это время чаще всего регистрируются первые признаки аллергии. Очень часто морепродукты вызывают **отек Квинке**. Зарегистрированы даже случаи возникновения анафилактического шока.



Шоколад и все сладости, в состав которых входят какао-бобы.



Белок коровьего молока. У 50% детей наблюдается повышенная чувствительность и непереносимость данного продукта. Обычно первые признаки болезни развиваются на первом году жизни ребенка.



Продукты, содержащие глютен. Этот растительный белок содержится в пшеничной муке, а также во многих злаках.

Ягоды и фрукты красного и желтого цветов. В них содержится много растительных красящих пигментов, которые способствуют развитию аллергии.



Еда, изготовленная промышленным способом.

Обычно в таких готовых продуктах содержится слишком много дополнительных вкусовых добавок и специй.



Сладкие газированные напитки. Для придания красивого цвета недобросовестные производители часто добавляют некачественные красители.

Неправильное питание мамы во время лактации. У грудничков пищевая аллергия может развиваться в результате попадания в организм аллергенов вместе с материнским молоком. Если кормящая мама употребляет в пищу продукты с высоким аллергенным действием.



Использование неправильно подобранных смесей. Некоторые адаптированные смеси могут вызвать у малыша проявления аллергии. Наиболее часто неблагоприятные симптомы аллергии вызывают смеси, содержащие в своем составе сухое коровье молоко или глютен.



Куриные и перепелиные яйца. Если у малыша есть непереносимость курицы, то у него также в 80% случаев будет повышен риск развития аллергических реакций при употреблении в пищу яиц.



Орехи. Любые виды могут вызывать проявления аллергии.

Симптомы Пищевая аллергия проявляется по-разному. Степень выраженности симптомов зависит от возраста ребенка, исходного состояния иммунитета, а также от наличия сопутствующих хронических заболеваний.

Наиболее характерные признаки пищевой аллергии:

Красные зудящие пятна или волдыри по всему телу. У малышей раннего возраста этот симптом проявляется довольно ярко. Кожа выглядит воспаленной и с множественными следами от расчесов.

Нестерпимый зуд. Возникает как в дневное время суток, так и ночью. Может усиливаться после принятия ванн или при попадании воды на кожу.

Выраженная слабость. Малыш становится более вялым, отказывается от еды.

Боли в животе. Встречаются не всегда. Болевой синдром возникает при наличии сопутствующих заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Нарушение работы кишечника. Часто проявляется появлением жидкого стула, наблюдается чередование поносов и запоров.

Быстрая утомляемость. В связи с выраженным зудом и нарушенным сном может возникать снижение активности в дневное время.

Отеки. Часто возникают на лице и шее. Наиболее характерны для отека Квинке. Этот симптом весьма неблагоприятный. При появлении отеков на лице и опухании глаз следует незамедлительно показать малыша врачу.

Диагностика Чтобы точно выявить, какой продукт является для малыша аллергеном, требуется провести обследования, родителям следует показать малыша врачу-аллергологу.

В настоящее время для диагностики пищевой аллергии используются следующие методы:

Общий анализ крови. При аллергии повышается количество лейкоцитов и увеличивается СОЭ. В лейкоцитарной формуле увеличивается количество лимфоцитов и эозинофилов. Эти клетки ответственны за развитие аллергических реакций в организме.

Биохимия крови. Позволяет установить сопутствующие патологии, которые протекают со сходными симптомами. Для проведения дифференциальной диагностики определяется уровень билирубина, печеночных трансаминаз, щелочной фосфатазы и амилазы. Эти показатели характеризуют работу печени, желчного пузыря и поджелудочной железы.

Определение уровня иммуноглобулина Е. В каждом возрасте существуют определенные нормы данного вещества.

Определение панелей аллергенов. Такие виды исследования помогают установить все возможные аллергенные вещества, которые могут вызвать аллергические проявления. Материал для выполнения исследования — венозная кровь.

Скарификационные пробы. Проводятся для малышей школьного возраста. Специальным инструментом врач делает насечки на коже ребенка, вводя диагностические аллергены, которые соответствуют конкретным продуктам. При появлении яркого красного пятна в области определенных насечек можно говорить о наличии высокой чувствительности к данному аллергенному веществу.

Бакпосев кала. Назначается в случае наличия стойких нарушений стула. С помощью этого теста можно установить наличие дисбактериоза в кишечнике, который часто развивается при длительном течении пищевой аллергии.

Лечение Для терапии пищевой аллергии используется сразу несколько методов. Полностью избавиться от такого заболевания невозможно.

При выявлении пищевой аллергии у малыша врачи рекомендуют:

Соблюдать гипоаллергенную диету. Все продукты, которые обладают сильными аллергенными свойствами, полностью исключаются из детского рациона.

Назначение гастроинтестинальных средств. Такие лекарства помогают устранять неблагоприятные симптомы, которые возникают в желудке или кишечнике после употребления аллергенных продуктов.

Нормализация режима дня. Полноценный и качественный сон очень важен для быстрого восстановления детского организма.

Назначение антигистаминных средств. Помогает устранить неблагоприятные симптомы зуда. Применяются только в острый период аллергии.

Общеукрепляющая терапия. Прием поливитаминных комплексов, активные прогулки на свежем воздухе, ограничение подвижных игр в острый период болезни.

Отказ от искусственного кормления и переход на другие адаптированные смеси. Выбрать более подходящий по составу продукт.

Медикаментозная терапия. Для устранения неблагоприятных симптомов, доктора рекомендуют следующие группы лекарственных средств:

Антигистаминные. Могут использоваться в виде таблеток, мазей, кремов, а также посредством уколов. Для лечения пищевой аллергии можно использовать следующие средства: «Кларитин», «Супрастин», «Лоратадин», «Зиртек», «Эриус» и другие.

Гормональные. Часто используются при тяжелом течении болезни и для устранения зудящих кожных высыпаний.

Успокаивающие. Помогают нормализовать сон, а также способствуют уменьшению повышенной тревожности. Для детей предпочтительнее отвары и настои, приготовленные из лекарственных растений в домашних условиях.

Лечебные кремы и мази. Содержат в своем составе активные компоненты, обладающие антигистаминным, а также противовоспалительным действием.

Поливитаминные комплексы. Помогают восстановить работу иммунной системы, а также укрепляют ослабленный в период обострения аллергии детский организм.

Препараты, влияющие на моторику кишечника. При выраженном жидком стуле назначаются сорбенты.

