У грудного ребенка пищевая аллергия. Что делать?

Информация для родителей

Выпуск №2

Пищевой дневник

Что такое аллергия?

Аллергия – это наследственная или врожденная особенность организма необычно и чрезмерно реагировать на обычные, окружающие нас каждый день вещи (домашняя пыль, пыльца деревьев и трав, шерсть животных, пищевые продукты), на которые здоровые люди не реагируют.

Аллергия не заразное заболевание, она не передается от одного человека к другому или от животных. В первую очередь аллергия появляется у людей, генетически или наследственно предрасположенных к развитию такого заболевания, при повторных контактах с аллергенами. То есть по наследству передается не само заболевание, а только предрасположенность к нему.

Аллергия может начаться в любом возрасте.

Проявления аллергии различны в зависимости от возраста ребенка и аллергенов – это может быть и атопический дерматит, и хронические проблемы с желудочно-кишечным трактом, и аллергический насморк, и бронхиальная астма.

8 основных пищевых аллергенов

Коровье молоко

Куриное яйцо

Арахис

Орехи

Соя

Моллюски

Рыба

Пшеница

Пищевой дневник

Если ваш малыш страдает пищевой аллергией, заведите себе хорошую привычку – вести пищевой дневник.

В нем нужно регулярно (в течение времени, оговоренного с педиатром) отмечать все виды питания и питья, получаемые малышом в течение дня, с обязательным указанием состава блюд, особенностей их кулинарной обработки, объема пищи и времени кормления, а также появление нежелательных реакций (жидкий стул, срыгивания, кожные высыпания и т.д.).

Ведение пищевого дневника позволяет выявить те продукты, потребление которых сопровождается аллергическими проявлениями. Если ребенок находится на грудном вскармливании, то подобный дневник следует вести и маме!

Образец ведения пищевого дневника:

День 1

Дата: _____ _____ 20 ____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)
9.00	*гречневая каша*	*50 г*	*9:20 – зуд, сыпь в области губ*	*9:30 – боль в животе 9:45 – понос*	–
	молоко	*100 мл*			
	сливочное масло	*5 г*			
11.30	*чай*	*100 мл*			

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

День

Дата: _____ _____ 20 _____ г.

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Время приема пищи	Вид продукта	Кол-во, г / мл	Изменения самочувствия и состояния ребенка, симптомов со стороны...		
			кожи (зуд,сыпь,отеки)	**органов пищеварения** (срыгивание, рвота, боль в животе, понос)	**органов дыхания** (насморк, кашель, затруднение дыхания)

Для заметок

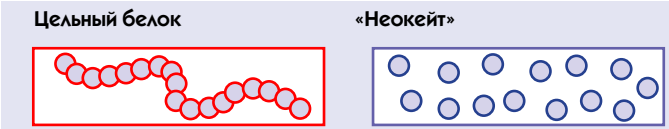
Что такое аминокислотная смесь?

Аминокислотная смесь или смесь на основе аминокислот – это детская лечебная питательная смесь.

В России зарегистрирована под названием «Неокейт».

Смесь на основе аминокислот – это полноценное питание для вашего малыша, которое обеспечивает ребенка всеми необходимыми для роста и развития питательными веществами.

Смесь на основе аминокислот отличается от обычных питательных смесей. В составе обычных смесей используются цельные белки или их компоненты. В составе смеси на основе аминокислот нет чужеродного белка, она содержит только аминокислоты. Аминокислоты – это «кирпичики», из которых состоят все белки.



Почему врач назначает смесь на основе аминокислот?

Вашему ребенку нужно максимально исключить контакт с причинно-значимыми аллергенами и дать возможность иммунной системе работать в нормальном режиме. Для такой диеты используются особенные продукты, которые имеют крайне низкое содержание аллергенов или не содержат их вообще.

Смесь на основе аминокислот назначают детям для лечения уже возникшей пищевой аллергии. За счет полного отсутствия аллергенов эта смесь используется не только для лечения пищевой аллергии, но и для подтверждения диагноза.

Как правильно приготовить Неокейт?

Здоровье вашего малыша зависит от правильности приготовления и использования продукта.

Неправильное применение продукта может навредить ребенку.

Всегда используйте чистую посуду, чтобы избежать риска попадания белка и инфекции.

Для приготовления смеси с рекомендуемой концентрацией (15%) на каждую мерную ложку (5 г) сухого порошка «Неокейт» необходимо 30 мл воды.

1. Вымойте руки и приготовьте пространство для приготовления смеси. Простерилизуйте бутылочки и соски.
2. Прокипятите свежую воду и охладите ее до 40 °С.
3. Влейте необходимое количество воды в стерильную бутылочку для кормления.
4. Наполните мерную ложку без верха. Горку удаляйте тыльной стороной чистого сухого ножа. Не приминайте порошок в мерной ложке. Пользуйтесь только прилагаемой мерной ложкой.
5. Добавьте требуемое количество порошка «Неокейт» в воду.
6. Закройте бутылочку и встряхивайте ее до тех пор, пока весь порошок не растворится.
7. Перед кормлением убедитесь, что продукт имеет нужную температуру.

Во время кормления питание нельзя повторно разогревать!

Нельзя кипятить смесь и использовать микроволновые и СВЧ печи для приготовления или разогревания питания.

Если вы готовите смесь заранее, необходимо сразу же после приготовления быстро охладить смесь, хранить ее в холодильнике при температуре +2 ... +4 °С, использовать в течение 24 часов после приготовления. Разогревать смесь перед кормлением следует не более чем за 15 минут.

Остатки смеси после употребления должны быть уничтожены.

Расчет объема смеси «Неокейт» для конкретного ребенка производится лечащим врачом или диетологом с учетом возраста, веса, нутритивного статуса, сопутствующих заболеваний и состояний.

Если вы впервые используете Неокейт, важно знать…

- Смесь может быть единственным и полноценным источником питания для детей в возрасте до 1 года.
- В состав входят все заменимые и незаменимые аминокислоты, которые являются эквивалентом белка, эссенциальные ненасыщенные жирные кислоты (омега-3 и омега-6), необходимые витамины и минералы.
- Не содержит белок, пищевые волокна, глютен, лактозу, сукрозу, фруктозу, холестерин, ГМО.
- Смесь имеет специфический приятный запах, обусловленный технологией производства.
- В «Неокейт» не вводятся красители и ароматизаторы.
- «Неокейт» имеет приятный вкус.
- При применении «Неокейт» возможны:

– зеленая окраска стула – это проявление нормального переваривания и всасывания смеси;

– вздутие животика и повышенное газообразование – могут наблюдаться в первые дни приема «Неокейт», то есть в период адаптации к новому питанию;

– увеличение аппетита, то есть ребенок может съедать больший объем питания или требует себя покормить немного раньше, чем это было до использования «Неокейт». Это происходит из-за улучшения состояния малыша и разрешения основных беспокоящих симптомов, особенно в ситуациях, когда у ребенка был недостаточный вес. Таким образом ваш малыш пытается догнать своих сверстников!

Рекомендации врача

За более подробной информацией обращайтесь:
ООО «Нутриция», Россия, 143500, Московская область, г. Истра, ул. Московская, д. 48.
Тел./факс: +7 (495) 739-48-09 E-mail: MedicalNutrition@nutricia.ru
Web: www.neocate.com www.nutricia.com www.actagainstallergy.com

Продукт зарегистрирован и сертифицирован в Российской Федерации.

NUTRICIA
Advanced Medical Nutrition

024_Br_Ped_Jun_2010