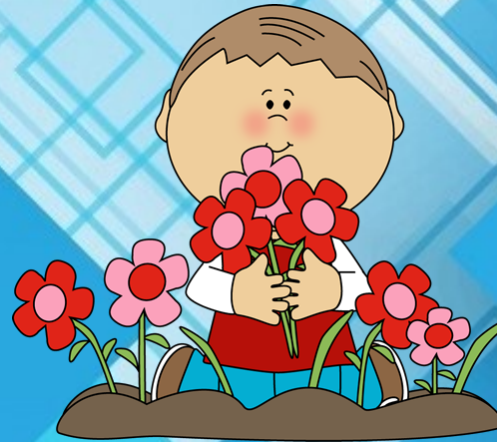


Аллергия у ребёнка

*Берегите здоровье ребенка,
но не переживайте, если
аллергия все-таки
обнаружится. Этот диагноз
не мешает комфортному
развитию - просто
избегайте аллергенов и
соблюдайте рекомендации
специалиста!*



*что должны знать
родители?*

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
Государственное учреждение «Лепельский районный центр
гигиены и эпидемиологии»
Г. Лепель, ул. Войкова, 69а
Автор: Довнар А.В.
Редактор: Коротчик-Лаская В.А.
Тираж: 200 экз.

Профилактические меры:

Замените синтетическое постельное белье на натуральное хлопковое. Подушки, матрас и одеяло должны быть гипоаллергенными.

Поддерживайте в комнате влажность не менее 50%.

**Не курите при
ребенке!**



Будьте аккуратны, давая ребенку попробовать новые продукты. Обновляйте рацион постепенно, небольшими порциями.



*Обязательно держите в
аптечке антигистаминные
препараты, но воздержитесь
от самостоятельного выбора
лекарства! Доверьте эту
ответственную задачу врачу.*

При повышенной чувствительности иммунной системы защитная реакция организма может «включаться» даже при контакте с неопасными для других людей факторами окружающей среды: пылью растений, шерстью животных, пылью, пищевыми компонентами, косметикой и др.

Аллергия — это сбой в работе иммунной системы, которая принимает некоторые вещества за опасные и начинает с ними бороться. Он сопровождается бурной реакцией, которая разрушает кажущиеся опасными вещества, а заодно повреждает клетки и ткани вокруг.

Симптомы аллергических реакций:

● Кожные высыпания или раздражения. Проявляются в виде покраснений, зуда, пятен, шелушений. Высыпания от пищевой или контактной аллергии часто напоминают укусы насекомых или след от ожога крапивой.

● Конъюнктивит. Покраснение, зуд, слезоточивость глаз нередко возникают при контакте с бытовой химией, косметикой, пылью, шерстью.

● Затрудненное пищеварение. Боль в животе, понос, рвота - реакция на пищевые аллергены.

● Осложненное дыхание. Насморк, кашель, чихание - самая частая аллергическая реакция на пыль, пылецу, шерсть животных. Аллергены вызывают раздражение слизистой носа или бронхов.

● Анафилактический шок. Самое опасное проявление аллергии. Шок могут вызвать укусы насекомых, лекарственные препараты, некоторые продукты (например, орехи). У аллергика резко краснеет кожа, затрудняется дыхание и учащается сердцебиение. Возможна потеря сознания и судороги. **Необходимо немедленно вызвать скорую помощь!**

Важно отметить, что, если хотя бы один из родителей страдает от аллергии, существует вероятность к недугу может передаться ребенку.

Профилактические меры:

◆ При наличии у кормящей мамы каких-либо симптомов аллергии важно регулярно посещать врача и соблюдать диету. Рекомендуется исключить из рациона продукты питания, являющиеся потенциальным аллергеном, например: молоко, мед, шоколад, орехи, морепродукты, цитрусовые, злаковые, а также продукты с ароматизаторами и усилителями вкуса.

◆ При невозможности грудного вскармливания необходимо доверить специалисту выбор детской смеси.

◆ Если аллергия у ребенка уже выявлена, ограничьте контакты с аллергеном и исключите из рациона потенциально опасные продукты.

◆ Регулярно проводите влажную уборку, чистите мебель пылесосом и предупреждайте образование плесени.

◆ Не экономьте на средствах гигиены для детей и на бытовой химии. Выбирайте продукцию с пометкой “гипоаллергенно”.

◆ Избавьтесь от лишних “накопителей” пыли: ковров, мягких игрушек, тяжелых штор.

◆ В случае сезонной аллергии на пыльцу или пух деревьев рекомендуется проветривать помещение только после дождя. Хорошим решением станет установка кондиционера.



Под схожими с аллергией симптомами могут скрываться различные заболевания, поэтому без профессиональной диагностики не обойтись. Наличие аллергии подтверждается кожными пробами или анализом крови. Не затягивайте с визитом к врачу, чтобы как можно скорее назначить курс лечения и избежать осложнений.