Медицинское просвещение

НОВЫЙ ГОД БЕЗ АЛЛЕРГИИ

Фельдшер Мишина Елена Николаевна

Декабрь – месяц активной подготовки к новогодним утренникам. Помимо увеселительной программы, родители готовят подарки для детей. Чаще всего выбор состоит из сладостей или игрушек. У нас в школе много детей, склонных к аллергическим проявлениям Ознакомьтесь с рисками, прежде чем сделать выбор. Узнайте, какие опасные компоненты содержатся в игрушках и угощениях. Ознакомьтесь со списком из девяти самых опасных подарков для детей-аллергиков.

**СЛАДОСТИ**

**Внимание**

Натуральные красители и ароматизаторы в составе сладостей допускаются

Роспотребнадзор рекомендует избегать подарков с большим количеством карамели и леденцов, конфет, содержащих более 0,5 процента этанола. Проверьте, чтобы в составе сладостей не было усилителей вкуса и аромата, консервантов Е200, Е202, Е210, Е249, синтетических красителей, которые идентичны натуральным ароматизаторам. Также в составе не должно быть гидрогенизированных масел и натурального кофе. Для детей с непереносимостью глютена исключите печенья, вафли, пирожные на основе пшеницы, ржи и ячменя.

**Молоко.** Коровье молоко входит в состав молочного шоколада, коктейлей и мороженого. Молоко может стать причиной аллергической реакции. При выраженных симптомах со стороны желудочно-кишечного тракта может быть неаллергическая реакция. Например, реакция, которая вызвана непереносимостью лактозы.

**Лецитин.** Соевый лецитин, который входит в состав молочного шоколада и шоколадных яиц, может спровоцировать атопию у детей с непереносимостью сои. Соя является часто выявляемым пищевым аллергеном у детей с атопическим дерматитом. Белки сои в некоторых случаях могут вызывать развитие энтероколита у детей младшего возраста, а также эозинофильного эзофагита в других возрастных группах.

**Яйца.**Часто в состав печенья, шоколада, коктейля и других сладостей входят яйца. Они безобидны для большинства детей. Но яйца также могут стать причиной аллергической реакции, поскольку они все же входят в список наиболее распространенных аллергенов у детей младшего возраста.

**Орехи.**В состав большинства конфет входят орехи. Аллергическая реакция может возникнуть на миндаль и арахис. Аллергия на арахис может проявиться, например, из-за предыдущего использования кремов, которые содержали масло арахиса. Древесные орехи и абрикосовые косточки не рекомендуют для детей младшего возраста. Они могут давать перекрестные реакции с фруктами и овощами. Например, с аллергией на яблоки.

Наиболее частым проявлением аллергии на миндаль – в 89 процентах случаев – является крапивница. Проявляется как сильно зудящая сыпь, имеющая вид приподнятых волдырей бледно-розового цвета. А также аллергию может сопровождать отек Квинке. Реакция, при которой происходит поражение слизистых оболочек, подкожной жировой клетчатки, кожных покровов, сопровождается отеками.

**Проявления атопии**

В основе всех проявлений атопии лежит аллергическая реакция I типа. К проявлениям атопии относятся, например, бронхиальная астма, аллергический ринит и конъюнктивит. Сюда же включены анафилактический шок, крапивница, аллергия на латекс и аллергия на некоторые пищевые продукты. Важно помнить, что эта реакция развивается от нескольких минут до 1 часа после контакта с аллергеном. Поэтому важно следить за всеми детьми в течение часа.

Симптомы атопии и псевдоатопии сходны. Они проявляются покраснениями кожи, пузырями, волдырями, зудом, спазмом дыхания, усилением перистальтики желудочно-кишечного тракта, а также рвотой и диареей. Может быть насморк, кашель и слезотечение.

**Различные реакции**

Атопические реакции – это IgE-опосредованные аллергические реакции, запускающие выброс гистамина.

Аллергические реакции – более широкое понятие, так как имеют разные механизмы развития, включая гиперчувствительность замедленного типа. Псевдоатопические реакции – не IgE-опосредованное высвобождение гистамина из-за чрезмерного воздействия некоторых веществ.