

Аллергия: проблемы и перспективы детского здоровья

В настоящее время многие родители сталкиваются с одной большой проблемой - аллергические заболевания у детей. По данным медицинской статистики аллергические заболевания у детей вышли на второе место по распространенности, уступая только вирусным инфекциям.

Основную роль в появлении аллергии играет наследственность. Также возникновение аллергии у ребенка обусловлено питанием матери во время беременности.

В медицинской практике различают следующие виды аллергии в зависимости от причин, их вызывающих.

Довольно часто встречается такое аллергическое заболевание как поллиноз, которое вызывается пылью растений. Проявляется поллиноз обычно в виде аллергического рино-конъюнктивита в период цветения деревьев (май), трав (июнь-июль) и сорняков (август-сентябрь).

Пищевая аллергия обычно бывает в раннем возрасте и проявляется в различных формах атопического дерматита, до 3-х лет это детская экзема, а в более старшем возрасте - нейродермит. Эти формы сопровождаются зудом, нарушением сна, вторичной гнойной инфекцией от расчесов. Бывают острые реакции в виде крапивницы, отека Квинке, иногда пищевая аллергия проявляется в виде бронхоспазмов.

Аллергические реакции на группу респираторных аллергенов проявляются в виде аллергического насморка (ринит), длительных эпизодов кашля, не связанных с простудой, повторных обструктивных бронхитов, приступов удушья.

Родителям детей, страдающих аллергией, рекомендуется вести под руководством врача пищевой дневник ребенка, который поможет установить продукты, вызывающие аллергию у ребенка. Для более точной диагностики можно порекомендовать проведение провокационной пробы, но она должна проводиться

под наблюдением врача. Диагностика респираторных форм аллергии проводится путем постановки кожных скарификационных проб детям после 3-х лет; эта методика более точная.

Главной задачей специалиста является дифференциация аллергии от ОРВИ, гриппа, острого бронхита, так как клинически эти заболевания очень схожи. Но можно сказать, что основное отличие аллергии в том, что она не сопровождается сильным повышением температуры. Но только анализ картины заболевания в течение года и специфическое обследование, изучение истории болезни ребенка дают возможность сделать какие-то выводы.

Родителям полезно знать, какие продукты относятся к аллергенам. Это рыба и морепродукты, кура, яйцо, цитрусовые, орехи, шоколад, коровье молоко является сильным аллергеном для детей до 1-го года. Некоторые дети чувствительны к злакам, овощам, фруктам, мясу.

Рекомендации по организации питания детям-аллергикам. Как правило, аллергенные продукты необходимо заменить допустимыми, но не менее ценными, например рыбу, яйцо, куру заменяют говядиной, молоко исключают, а цитрусовые заменяют другими фруктами, например, зелеными яблоками. Это общие правила, а вообще состав диеты зависит от набора продуктов, которые переносит ребенок.

Необходимо помнить и о создании гипоаллергенного быта в квартире. Подушка и одеяло ребенка должны быть ватными или синтепоновыми. Никаких животных вообще не должно быть, то же относится и к аквариумам с рыбками, так как сухой корм крайне аллергичен. Комнатные растения также представляют опасность для детей-аллергиков. При поливе на земле в цветочном горшке образуется плесень, которая является сильным аллергеном. Нежелательно наличие ковров и большого количества мягких игрушек в квартире.