



KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

ALERGIJA MAISTUI

Parengė

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro

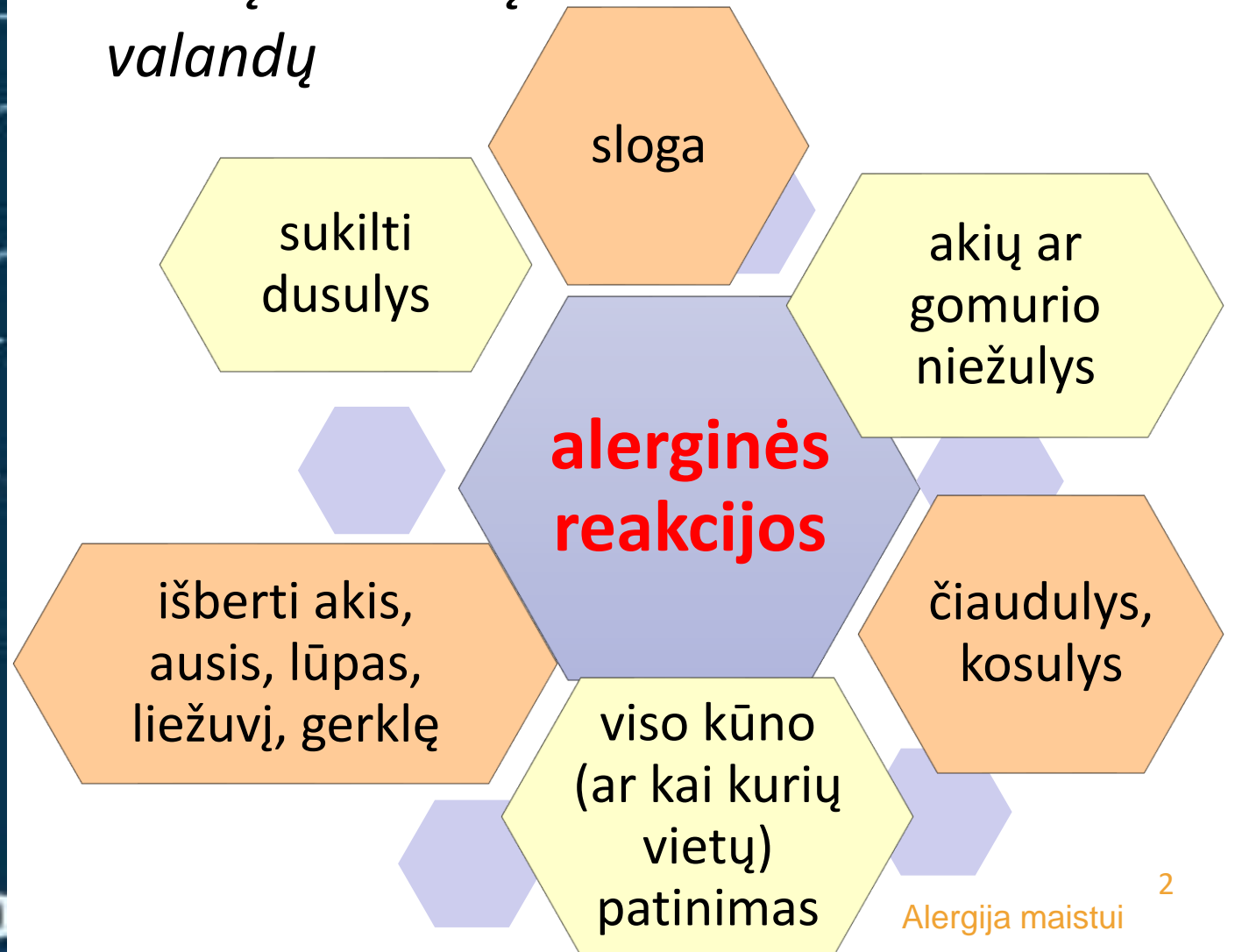
Mitybos specialistės

Inga Gafarova

Kornelija Gustytė



Tik suvalgius alergijų sukeliančio maisto, simptomai gali pasireikšti per keletą minučių ir išlikti iki keleto valandų





Alergijai patvirtinti

- ✓ Odos dūrio mėginiai
- ✓ Specifinių IgE nustatymas kraujo serume
- ✓ Odos lopo testai
- ✓ Eliminacinė dieta
- ✓ Peroraliniai provokaciniai mėginiai

EAACI Europos alergologų ir klinikinių imunologų akademijos maisto alergijos ir anafilaksijos gairėse teigiama, kad maisto netoleravimo testai nėra patvirtinti ir negali būti rekomenduojami maisto alergijų diagnostikai (imunoglobulinai IgG negali būti susiję su klinikiniais simptomais ar liga).

„Didysis aštuonetas“

Beveik bet kuris maisto produktas, kurio sudėtyje yra **baltymų**, gali sukelti alergijas, tačiau faktiškai tik keletas maisto produktų yra atsakingi už beveik 90 proc. visų alerginių reakcijų į maistą.



Karvės pienas

- **Karvės pieno baltymas** sukelia alergiją
- Alergija karvės pienui pasireiškia 87 proc. vaikams iki 1 metų, ir 72 proc. nuo 1 metų iki 3 metų
- Karvės pienas turi daugiau nei 30 skirtingų alergenų. Dauguma pienui alergiškų vaikų yra įsijautrinę keliems pieno baltymo alergenų komponentams.
- Kazeinas yra atsparus karščiui ir skrandžio fermento (pepsino) poveikiui.



Kiaušiniai

** jis gali sukelti vadinamojo „paukščio kiaušinio“ sindromą tiek suaugusiesiems, tiek vaikams: vystosi kvėpavimo ir virškinimo sistemos simptomai suvalgius kiaušinio arba po kontakto su paukščiais, jų plunksnomis

ovomukoidas*

konalbuminas

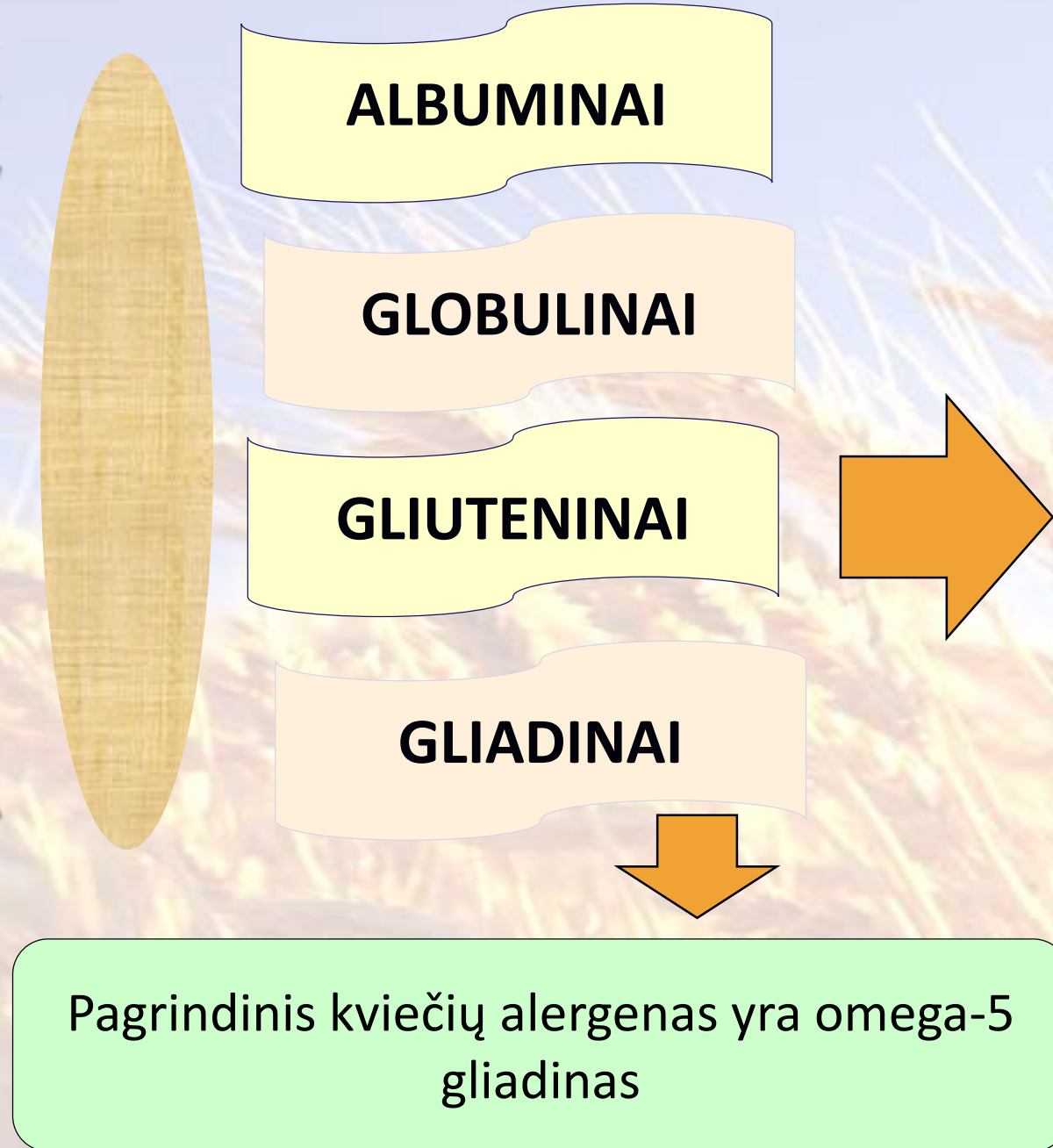
ovalbuminas

lizocimas

Livetinas**

*dominuojantis alergenai, nors sudaro tik 10 proc. viso kiaušinio baltymo proteinų

K V I E Č I A I



- **Alergija kviečiams** dažniausiai prasideda vaikystėje, neretai vėliau išaugama. Diagnozuojama nustatant kraujyje antikūnus IgE arba odos dūrio testu, remiantis eliminacine dieta.
- Iš mitybos pašalinami tik kviečiai.
- Tačiau 20 proc. vaikų netoleruoja ir kitų grūdų.



Žuvis

- Alergija žuviai dažnesnė tose šalyse, kur suvartojama daug žuvies.
- Alergines reakcijas gali sukelti tiek jūrų, tiek upių žuvis.
- Alergiški žuviai vaikai turi vengti visų žuvų rūšių.
- Alergiją sukeliančios medžiagos žuvyje yra itin atsparios šilumai.
- Kai kuriems žmonėms alergines reakcijas sukelia verdamos žuvies garai.
- Garų sukeliama simptomai paprastai primena astmos simptomus arba pasireiškia alergine sloga

Riešutai



Alergines reakcijas gali sukelti įvairūs medžių riešutai:

- migdolai,
- pistacijos,
- anakardžių,
- lazdynų,
- kedrų,
- graikiniai riešutai ir kt.

Žemės riešutai (32 skirtingi baltymai) gali sukelti stiprias, net gyvybei pavojingas alergines reakcijas vaikams, jie neretai kituose maisto produktuose yra kaip slaptieji alergenai

Soja



- Dažniau sojų baltymai sukelia lengvas alergines reakcijas, bet gali sukelti ir anafilaksines
- Sojose rasta 15 alergenų
- Sojos baltymų galima rasti, pvz., mėsainiuose, žuvies maltinukuose, picoje, duonoje ir kituose kepinuose



Kas yra pritaikytas maitinimas?

Tai yra toks maitinimas, kuris užtikrina tam tikro sveikatos sutrikimo (alergija tam tikriems maisto produktams, virškinimo sistemos ligos ar remisinės jų būklės ir kt.) nulemtų, asmens individualių maisto medžiagų ir energijos poreikių patenkinimą, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą, konsistenciją ir valgymo režimą, ir yra raštiškai rekomenduojamas gydytojo.



Kas numato pritaikyto maitinimo organizavimo tvarką ikimokyklinio ugdymo įstaigose?

LR SAM (2011 m. lapkričio 11 d. Nr. V-964 Vilnius) **VAIKŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS**

(Suvestinė redakcija nuo 2021-02-06), 32 punktas, 4 papunktis:

<...pagal gydytojo raštiškus nurodymus (Forma Nr. E027-1) turi būti organizuojamas pritaikytas maitinimas...>



Jei Jūsų vaikui reikalingas pritaikytas maitinimas

Įstaigoje dirbančiam visuomenės sveikatos specialistui turi būti pristatyta tinkamos formos pažyma:

Forma **Nr. E027-1** (pasikeitus vaiko sveikatos būklei Nr. 046/a)

Pažymyje aiškiai išdėstytos alergiją ar maisto netoleravimą sukeliančios medžiagos (produktai)



KLAIPĖDOS MIESTO
VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

MUS RASITE:

Taikos pr. 76, Klaipėda

Tel. (8 46) 234796

El. p. info@sveikatosbiuras.lt

www.sveikatosbiuras.lt

www.facebook.com/biuras

Parengta pagal:

LR SAM (2021)

PSO (2021)

<http://dumenuiai.blogspot.com/>

<https://allergy.org.ua/ru/perekrestnaia-allerhyia-pochemu-voznikaet-kakoi-byvaet-y-kak-ee-predotvratyt/>

https://www.edimdoma.ru/kulinarnaya_shkola/posts/17548-chem-mozhno-zamenit-kurinoe-yaytso-v-vypechke

Kavaliūnas A., Šurkienė G., Dubakienė R., Stukas R. (2010) ALERGIJOS MAISTUI EPIDEMIOLOGIJA: RIZIKOS VEIKSNIAI, PAPLITIMAS, REIŠMĖ Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Visuomenės sveikatos institutas. Visuomenės sveikata.4/(51)

Rudzevičienė O (2009) Alergija maistui. Vilniaus universiteto leidykla.

Rudzevičienė O. (2015) Vaikų alergija maistui. Vilniaus universiteto leidykla.

Šitkauskienė B., Bylaitė M., R.Dubakienė R., Ėmužytė, R., Staikūnienė J., Valiukevičienė S. ((2010) Dilgėlinės diagnostika ir gydymas. Lietuvos alergologų ir klinikinių imunologų bei dermatovenerologų sutarimas. Kauno medicinos universitetas.

Tiunov V., Chugunova O., Grashchenkov D. (2018) Features of the development of diets for preschool children in celiac patients. Ural State University of Economics, 8 Marta str., 62, Ekaterinburg, 620144, Russia. Vestnik VGUIT [Proceedings of VSUET] Vol. 80. no. 2. pp. 211–219.

Virbickaitė E. (2020) Vaikų alergija maistui: diagnostika ir gydymas. Pediatrija. (2) 90.

Bojarska E., Chomičienė A. (2020) Alergija maistui ir maisto netoleravimas. Vadinamųjų maisto netoleravimo testų reikšmė diagnostikoje. Žurnalo INTERNISTAS priedas ALERGIJA. ASTMA. IMUNOLOGIJA. 1 (11)