

**Zrozumieć
alergię
na białka
mleka
krowiego**

NUTRICIA
neocate



 **ExpertCare**

ZROZUMIEĆ ALERGIĘ NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO

Imię dziecka:

Imię opiekunki / przedszkolanki:

Numery telefonów:

Lekarz prowadzący:

Data:

Rozpoznanie:

Mleko zastępcze: Rozcieńczenie: ... liczba miarek proszku na ... ml wody

Instrukcja przygotowania:

.....

.....

Zabronione produkty spożywcze: Mleko krowie Soja

Inne:

Zalecenia ogólne:

.....

.....

Co zrobić w przypadku spożycia mleka?















.....

.....

Podpis i pieczęć:





-  Na czym polega alergia na białka mleka krowiego (ABMK)? • 4
-  Alergia na białka mleka krowiego różni się od nietolerancji laktozy (ABMK) • 5
-  Leczenie alergii na białka mleka krowiego • 6
-  Ryzyko związane z jedzeniem żywności zawierającej mleko • 8
-  Jak czytać etykiety żywności i rozpoznawać żywność zawierającą mleko, która nie może być spożywana? • 9
-  Jak przygotować posiłek bez mleka? • 10
-  Konieczne środki ostrożności podczas przygotowywania posiłków bezmlecznych • 11
-  Wskazówki dotyczące przygotowania mieszanek mlekozastępczych • 12
-  Jak powitać dzieci z alergią na białka mleka krowiego i zaangażować je w aktywności przedszkolne? • 13
-  Przykłady posiłków, które można przygotować bez mleka • 15
-  Alergia na białka mleka krowiego a zabawy w żłobku i przedszkolu • 16
-  Lista wskazówek dla opiekunek w żłobku i przedszkolank • 17
-  Notatki • 18
-  Dalsze informacje • 20



NA CZYM POLEGA ALERGIA NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO (ABMK)?

Alergia na białka mleka krowiego jest reakcją układu odpornościowego organizmu na białka mleka krowiego. W jej wyniku dziecko może odczuwać objawy ze strony układu pokarmowego, skóry, układu oddechowego oraz objawy ogólne.

W przypadku spożycia produktów zawierających białka mleka organizm dziecka z alergią na białka mleka krowiego rozpoznaje je jako szkodliwe substancje i wyprodukuje przeciwciała i/lub komórki zapalne, aby z nimi walczyć.

Częste objawy przedmiotowe i podmiotowe przy alergii na białka mleka krowiego

Układ pokarmowy	Skóra	Układ oddechowy	Ogólne
<ul style="list-style-type: none">• częste ulewanie się pokarmu• wymioty• trudności w połykaniu• uczucie zatrzymania jedzenia w gardle• silne skurcze• odmawianie przyjmowania posiłków i utrata apetytu• biegunka• krwista biegunka• krew w stolcu• zaparcie• wysypka wokół odbytu	<ul style="list-style-type: none">• pokrzywka (czerwone guzki na skórze)• atopowe zapalenie skóry (skóra pogrubiona z tuszczaniem i/lub ranami)• opuchlizna wokół ust i oczu• swędzące oczy i skóra• czerwone i zażawione oczy	<ul style="list-style-type: none">• objawy przeziębienia• zatłoczony nos• świsty i kaszel• trudności w oddychaniu (jeśli nie są one związane z infekcjami lub innymi alergiami)	<ul style="list-style-type: none">• słaby przyrost wagi i rozwój• anafilaksja (swędzenie i zaczerwienienie gardła i ciała z towarzyszącymi trudnościami w oddychaniu, spadkiem ciśnienia krwi, a w poważnych przypadkach utratą przytomności)

ALERGIA NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO RÓŻNI SIĘ OD NIETOLERANCJI LAKTOZY (ABMK)

Alergia na białka mleka krowiego (ABMK) jest reakcją immunologiczną na **białka mleka** i może spowodować objawy ze strony układu pokarmowego, skóry, układu oddechowego oraz objawy ogólne. Alergia na białka mleka krowiego występuje dość często u dzieci i rzadko u dorosłych.

Nietolerancja laktozy jest spowodowana niewystarczającą ilością enzymu laktazy, która trawi laktozę (**cukier mleczny**). Osoby z nietolerancją laktozy nie mogą trawić ani wchłaniać laktozy. Może u nich występować biegunka, wzdęcia i skurcze brzucha po spożyciu produktów zawierających dużo laktozy. Nietolerancja laktozy jest bardzo częsta u dorosłych i osób starszych, ale rzadka u dzieci. U dzieci nietolerancja laktozy pojawia się zazwyczaj po długotrwałej biegunce spowodowanej wirusami lub bakteriami. W tych przypadkach nietolerancja laktozy jest jednak przejściowa, a produkcja laktazy

ulega normalizacji po 3-4 miesiącach, gdy poprawi się funkcjonowanie jelit.

Ważne jest, aby rozróżnić alergię na białka mleka krowiego i nietolerancję laktozy, gdyż wymagają one innego leczenia. Osoby z nietolerancją laktozy nie muszą wykluczać z diety wszystkich produktów zawierających mleko, gdyż mogą spożywać te o niskiej zawartości laktozy, zgodnie z poziomem tolerancji. W przypadku alergii na białka mleka krowiego dieta musi być jednak całkowicie pozbawiona produktów zawierających białka mleka.

Bardzo ważne jest odróżnienie pojęcia nietolerancji laktozy od alergii na białka mleka krowiego, gdyż niektóre produkty bez laktozy (np. mleko bez laktozy) zawierają białka mleka i nie mogą być spożywane przez dzieci z alergią na białka mleka krowiego.



LECZENIE ALERGII NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO

Podstawą leczenia alergii na białka mleka krowiego jest dieta wolna od produktów zawierających białko mleka krowiego. Dzięki takiej diecie układ immunologiczny dziecka przestanie produkować przeciwciała i komórki zapalne dla reakcji alergicznej.

Należy dokładnie przestrzegać diety, gdyż już niewielka ilość lub odrobina żywności zawierająca mleko może spowodować dużo szkód!

Dlatego też należy wiedzieć, których produktów żywnościowych trzeba unikać.

Tabela 1. Żywność i składniki, które zawierają białka mleka krowiego i które powinny być usunięte z diety


Mleko i nabiał

- mleko krowie (wszystkie rodzaje: pełne, odtłuszczone, półtłuste, odparowane, skondensowane, ciekłe, odwodnione, słodowe, bezlaktozowe)
- mleko i ser kozi, owczy i bawoli
- ser (wszystkie rodzaje)
- twaróg/śmietana/ser wiejski
- śmietana, twarogi, serwatka
- śmietana mleczna, biały sos
- jogurt, maślanka
- napoje mleczne
- masło
- masło klarowane
- margaryna z mlekiem
- budyń

Składniki wskazujące na obecność mleka

- serwatka, mleko w postaci stałej
- serwatka: bezlaktozowa, koncentrat białka, demineralizowana
- białko serwatkowe
- kazeina
- kazeinian (wszystkie rodzaje: amonowy, wapniowy, magnezowy, potasowy i sodowy), stabilizujący kazeinian sodowy
- drożdże mleczne
- laktoalbumina i laktoglobulina
- fosforan laktoalbuminy
- laktoferyna
- mleko złożone, mieszanka mleczna
- mikrocząsteczkowa serwatka białka mleka (substytut tłuszczu)
- laktoza, laktuloza
- tłuszcz maślany, olej mleczny, ester maślany

Tabela 2. Żywność przygotowywana z mlekiem lub potencjalnie zawierająca mleko w swoim składzie

Produkty gotowe	Produkty gotowe
<ul style="list-style-type: none"> • budyń, owsianka • purée i suflety • nadziewane bułki • ciasta, chleby i makarony • przekąski solone • wyroby cukiernicze z karmielem i/lub śmietaną • czekoladowe wyroby cukiernicze • pizza • żywność gotowana na parze • warzywa smażone 	<ul style="list-style-type: none"> • kiełbaski i wędliny • zupy z puszek i w proszku • mrożony makaron • herbatniki i ciastka • czekolada i produkty kakaowe • krem czekoladowy • ciasta pakowane • lody • niektóre pakowane przyprawy 

Produkty te są zazwyczaj przygotowywane z mlekiem lub potencjalnie zawierają mleko w swoim składzie. Dlatego też zawsze należy sprawdzać przepis lub listę składników przed podaniem produktów.

Niektóre dzieci z alergią na białka mleka krowiego mają także alergię na soję. W tych przypadkach produkty zawierające mleko i soję muszą zostać usunięte z diety. Produkty w tabeli 3 zawierają białka sojowe i należy ich unikać.

Tabela 3. Żywność i preparaty, które zawierają białka sojowe

<ul style="list-style-type: none"> • ziarna soi • kiełki soi • twarogi sojowe • koncentrat białka sojowego • mąka sojowa • soja • soja granulowana • izolat białka sojowego • mleko sojowe 	<ul style="list-style-type: none"> • napoje sojowe • napoje z serwatki sojowej • sok sojowy • jogurt sojowy • koktajle z białka sojowego • sos sojowy • <i>Tao-cho</i> • <i>Tao-si</i> • <i>Taotjo</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tempeh</i> • <i>Tamari</i> • <i>Miso</i> • twaróg sojowy (<i>tofu</i>) • sfermentowana pasta sojowa (<i>natto</i>) • teksturowane białko sojowe (TSP) • teksturowane białko roślinne • nasiona soi
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

RYZIKO ZWIĄZANE Z JEDZENIEM ŻYWNOSCI ZAWIERAJĄCEJ MLEKO



Kiedy dzieci z alergią na białka mleka krowiego spożywają produkty zawierające mleko, mogą u nich wystąpić objawy, które występowały przed rozpoznaniem: biegunka, wymioty, obrzęk ust, czerwone plamy na skórze itp. Istnieje jednak również ryzyko anafilaksji, czyli jeszcze poważniejszej reakcji, która może doprowadzić do pojawienia się trudności z oddychaniem. W razie braku natychmiastowej pomocy tego rodzaju reakcja może być śmiertelna.

Z tego powodu należy przykładać uwagę do diety – nie można jej ignorować ani postrzegać jako „fanaberii” rodziców.

Rodzice muszą przedstawić w żłobku i przedszkolu plan postępowania od lekarza dziecka, w tym listę leków, które należy podawać w razie przypadkowego spożycia produktów zawierających mleko, a także numery telefonów do rodziców / opiekunów i do lekarza dziecka do kontaktu w sytuacjach nagłych.



JAK CZYTAĆ ETYKIETY ŻYWNOSCI I ROZPOZNAWAĆ ŻYWNOSĆ ZAWIERAJĄCĄ MLEKO, KTÓRA NIE MOŻE BYĆ SPOŻYWANA?

Obecnie najtrudniejszym aspektem postępowania w alergii na białka mleka krowiego jest wybór żywności. Niektóre produkty żywnościowe, kosmetyki i leki mogą zawierać ukryte białka mleka, czyli składniki, które zazwyczaj nie są jako takie określane (zob. tabela 1). Dlatego też bardzo ważne jest, aby przed podaniem produktu dziecku przeczytać listę składników na etykiecie.

Jeśli produkt zawiera którykolwiek ze składników zawierających białka mleka (tab. 1., 2. i 4.), nie należy go podawać dziecku.

Jeśli na etykiecie jest napisane „nie zawiera laktozy” (bez cukru mlecznego), nie jest to gwarancja, że produkt nie zawiera białek mleka krowiego. Dlatego też jeśli na etykiecie jest napisane „nie zawiera laktozy”, zawsze należy przeczytać listę składników. Nigdy nie należy wybierać żywności w oparciu o jej nazwę, np. nie wolno zakładać, że ciasteczko z mąki kukurydzianej nie jest odpowiednie, a szynka jest. Wynika to z faktu, że skład produktów żywnościowych w dużej mierze zależy od producenta: ciasteczka z mąki kukurydzianej, podobnie jak szynka, mogą być produkowane z mlekiem, jak i bez niego. Dlatego też, niezależnie od produktu, przed podaniem go dziecku zawsze należy przeczytać listę składników na etykiecie.

Tabela 4. Składniki mogące zawierać śladowe ilości mleka

barwnik, (naturalny) aromat maślany, margaryna, mleko, ser, karmel, krem kokosowy, krem waniliowy, jogurt; kultura początkowa kwasu mlekowego, zsiadłe mleko lub serwatka

Obecność tych składników nie musi wskazywać na obecność mleka – zależy to od producenta. W przypadku żywności i leków oznaczonych jako zawierające te składniki należy skontaktować się producentem, aby uzyskać ostateczną odpowiedź.

Tabela 5. Składniki, które nie zawierają mleka i mogą być spożywane

kwas mlekowy, mleczan sodowy i wapniowy, stearoilomleczan laktylowy sodu, propionian wapnia

środek konserwujący, mleczko kokosowe, masło kakaowe, utwardzony tłuszcz roślinny, wodorowinian potasu

Mimo, że dodatki wymienione w tabeli 5. mają „mleczne” nazwy, nie pochodzą od mleka i mogą być spożywane.

JAK PRZYGOTOWAĆ POSIŁEK BEZ MLEKA?

Wiele ciast (takich, jak marchewkowe i pomarańczowe), makaronów, przekąsek i chlebów jest przygotowywanych bez mleka. Wystarczy wybrać bezmleczne przepisy w popularnych książkach kucharskich i przygotować je dla swojego dziecka.

Na stronie www.neocate.com.pl można znaleźć różne bezmleczne przepisy pozwalające na zróżnicowanie posiłków. Przepisy z mlekiem można bez trudu dostosować, zamieniając mleko na wodę, sok owocowy, napój ryżowy lub mleczko kokosowe.


Można przygotować smaczne posiłki bez nabiału, czyniąc tym samym życie dziecka z alergią na mleko najbardziej normalnym, jak to możliwe, oraz pozbawionym ścisłych ograniczeń.





KONIECZNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI PODCZAS PRZYGOTOWYWANIA POŚLĘKÓW BEZMLECZNYCH


Poza unikaniem żywności zawierającej mleko należy także zastosować konieczne środki ostrożności podczas przygotowania żywności (czyszczenie przyborów kuchennych itp.), aby zapobiec przeniesieniu składników pomiędzy produktami z mlekiem i bez mleka.


Aby zapewnić bezpieczeństwo żywności, należy postępować według następujących kroków:


 Nie przygotuj żywności zawierającej mleko i bezmlecznej w tym samym czasie.


 Nie stosuj tych samych sztućców lub przyborów kuchennych do produktów z mlekiem i bezmlecznych.

 Nie stosuj plastikowego sprzętu, który był wcześniej używany do żywności z białkiem mleka, takiego jak butelki, blendery, talerze, plastikowe pojemniki itp. Plastik jest materiałem porowatym, do którego mogą przywierać pozostałości tłuszczu i żywności – śladowe ilości białka mlecznego mogą pozostać na przyborach kuchennych nawet po czyszczeniu.

 Materiał wykonany ze szkła, stali nierdzewnej, aluminium itp. może być używany ponownie, jeśli został dobrze wyczyszczony.

 Nie stosuj tej samej gąbki do mycia naczyń dla dziecka – gąbka może zawierać pozostałości białek mleka.

 Najlepiej jest przygotować żywność tuż przed podaniem. Jeśli jednak przechowujesz żywność w lodówce, zawsze stosuj pojemniki z przykrywkami. W przypadku braku przykrywek może dojść do przypadkowego zanieczyszczenia żywności mlekiem.

 Zawsze kupuj produkty mięsne w opakowaniu producenta, gdyż supermarkety i piekarnie stosują jedną krawalnicę do serów, wędlin i kiełbas.






WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE PRZYGOTOWANIA MIESZANEK MLEKOSTĘPCZYCH



Dzieci niekarmione piersią powinny otrzymywać specjalne mieszanki mlekozastępcze jako substytut mleka.

Rodzice muszą przynosić do żłobka lub przedszkola ilość wymaganą do przygotowania dziennej porcji mieszanki, najlepiej w oddzielnych opakowaniach, z których każde powinno zawierać ilość zaspokajającą potrzeby dziecka w ciągu dnia, wraz z instrukcjami dodawania określonych ilości wody wymaganych do przygotowania posiłku.

Mieszanki mlekozastępczej nie należy doprowadzać do wrzenia, gdyż wysokie temperatury mogą zmienić jej stabilność i doprowadzić do utraty składników odżywczych. Dlatego też należy stosować się do wskazówek dotyczących przygotowania i przechowywania znajdujących się na opakowaniu, aby zapewnić odżywczą i mikrobiologiczną jakość mieszanki.

-  Nie doprowadzać mieszanki mlekozastępczej do wrzenia.
-  Ugotować wodę lub podgrzać wodę filtrowaną. Zdjąć z ognia. Gdy woda będzie letnia lub o temperaturze pokojowej, dodać proszek i dobrze wstrząsnąć.
-  Jeśli mieszanka jest przygotowywana z wyprze-

dzeniem, przechowywać w lodówce do 12 godzin. Przed podaniem podgrzać w kąpeli wodnej.

-  Nie podgrzewać mieszanki w mikrofalówce i nie wystawiać na bezpośrednie działanie ognia, gdyż w takim przypadku nie można kontrolować temperatury.
-  Nie zmieniać rozcieńczenia zalecanego przez producenta, o ile nie jest to zalecone przez lekarza i/lub dietetyka.

Mieszanki mlekozastępcze polecane w alergii na białka mleka krowiego mają charakterystyczny zapach i smak. Wynika to ze źródła białka w preparacie i jest całkowicie normalne. Dzieci, w szczególności poniżej 1 roku życia, zazwyczaj akceptują te preparaty i się do nich przyzwyczajają. Opiekunowie nie powinni określać preferencji żywieniowych dziecka w oparciu o swój własny gust. Jeśli są problemy z przyjmowaniem mieszanki, spróbuj ją podać w innym niż zwykle kubeczku czy butelce. Dzieci przyzwyczajają się do wyglądu butelki w której podajesz np. sok i oczekują takiego smaku. Używanie kubeczka z pokrywką lub słomką jest dobrym rozwiązaniem na podawanie mieszanki starszym dzieciom. Podawaj ją kiedy jest głodne i traktuj to jako coś bardzo ważnego. Czekolada bezmleczna i produkty słodkie można podawać jedynie dzieciom powyżej 1 roku życia, a nawet wtedy należy to robić z umiarem i za zgodą lekarza lub dietetyka.

JAK POWITAĆ DZIECI Z ALERGIĄ NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO I ZAANGAŻOWAĆ JE W AKTYWNOŚCI PRZEDSZKOLNE?

Historia przedstawiona poniżej pokazuje potrzebę przyjęcia bardziej ukierunkowanego podejścia do alergii na białka mleka krowiego w żłobku i przedszkolu, nie tylko w odniesieniu do informacji o żywności, jakiej należy unikać i ryzyka związanego z jej spożyciem, ale też sposobu pomagania dzieciom z tą alergią.

„Córka wie, jakie ma objawy. Przed przyjęciem jakiegokolwiek jedzenia, czy jest to cukierek czy guma, zawsze pyta: Czy jest w tym mleko? Jeśli tak, to nie mogę tego jeść. Wszystko było w porządku do dnia, w którym odbyło się przyjęcie w przedszkolu i w ukryciu zjadła kawałek mlecznej czekolady. Miała silną reakcję alergiczną i musiała być hospitalizowana przez 6 dni. Kiedy córka doszła do siebie, zapytałam ją: Co zjadłaś w przedszkolu? Kto ci to dał? Powiedziała: Zjadłam cukierka o nazwie »buziak«, naprawdę, mamo, jest tyle rzeczy, których nie mogę jeść, wszystkie moje ciocie mówią, że mogę jeść tylko to, co przygotowała dla mnie mama. Zjadłam tę czekoladę, bo choć na jeden dzień chciałam być normalna (...).”

K. A., mama dziecka z alergią na białka mleka krowiego, www.alergiaaoleitedevaca.com.br.

Dzieci z alergią na białka mleka krowiego powinny być traktowane całkowicie normalnie. Jedyne, co je odróżnia, to dieta. Należy zwracać uwagę, aby dziecko nie spożywało żadnej żywności, na którą może mieć alergię.

Rozmawianie o tym w żłobku i przedszkolu oraz ostrożne i pełne troski angażowanie innych dzieci może być znakomitą sposobem na włączenie dziecka do grupy i sprawienie, że poczuje się jej częścią.



Strach przed poruszeniem tematu i sadzanie dziecka z alergią przy osobnym stole w porze obiadowej może spowodować paradoksalną sytuację, że pomimo całej troski opiekunek, inne dzieci mogą poczuć się wykluczone przez poświęcaną jednemu z nich uwagę i w rezultacie odrzucić dziecko z alergią. Dodatkowo dziecko z alergią na białka mleka krowiego może czuć się inne i nieakceptowane przez pozostałe dzieci.

Jeśli osoby w otoczeniu dziecka wiedzą o alergii na białka mleka krowiego, zazwyczaj chcą pomóc

i nie podadzą dziecku produktów z mlekiem. Jeśli nie wiedzą, może dojść do złego traktowania dziecka przez rówieśników. Najlepszym rozwiązaniem jest wspólne spożywanie posiłków przez dzieci przy jednoczesnym zwracaniu uwagi na dziecko z alergią na białka mleka krowiego przez opiekunkę czy przedszkolankę, jednak bez tworzenia sytuacji, w której dziecko czuje się obserwowane 24 godziny na dobę.


Kiedy dzieci jedzą razem, zdarza im się wymieniać posiłkami. Najlepszym rozwiązaniem jest poinformowanie rodziców, że w grupie czy klasie jest dziecko z alergią na białka mleka krowiego i mile widziane są produkty bezmleczne, np. można wprowadzić specjalny dzień, gdy dzieci przynoszą owoce. Inną możliwością jest poproszenie mamy dziecka z alergią na białka mleka krowiego o upieczenie bezmlecznego ciasta dla całej grupy. Tym sposobem dziecko nie czuje, że posiłki, które spożywa, różnią się od tych spożywanych przez pozostałe dzieci.


Jeśli chodzi o posiłki w żłobku czy przedszkolu, dietetyk placówki może zdecydować o wybraniu bezmlecznego menu dla wszystkich dzieci.





PRZYKŁADY POSIŁKÓW, KTÓRE MOŻNA PRZYGOTOWAĆ BEZ MLEKA





 Ciasto marchewkowe, ciasto pomarańczowe, biszkopt (zwykły lub czekoladowy), ciasto czekoladowe bez mleka, ciasto bananowe itp.

 Babeczka. Te same przepisy co na ciasta można przygotować w postaci babeczek podawanych w oddzielnych porcjach i udekorowanych lukrem, cukrem i posypanych cynamonem, pianką lub syropem czekoladowym bez mleka.


 Ciasto z syropem owocowym (truskawkowym) i bezmleczna polewa czekoladowa lub piankowa.


 Bułeczki bez mleka z margaryną roślinną lub pierś z indyka bez mleka.

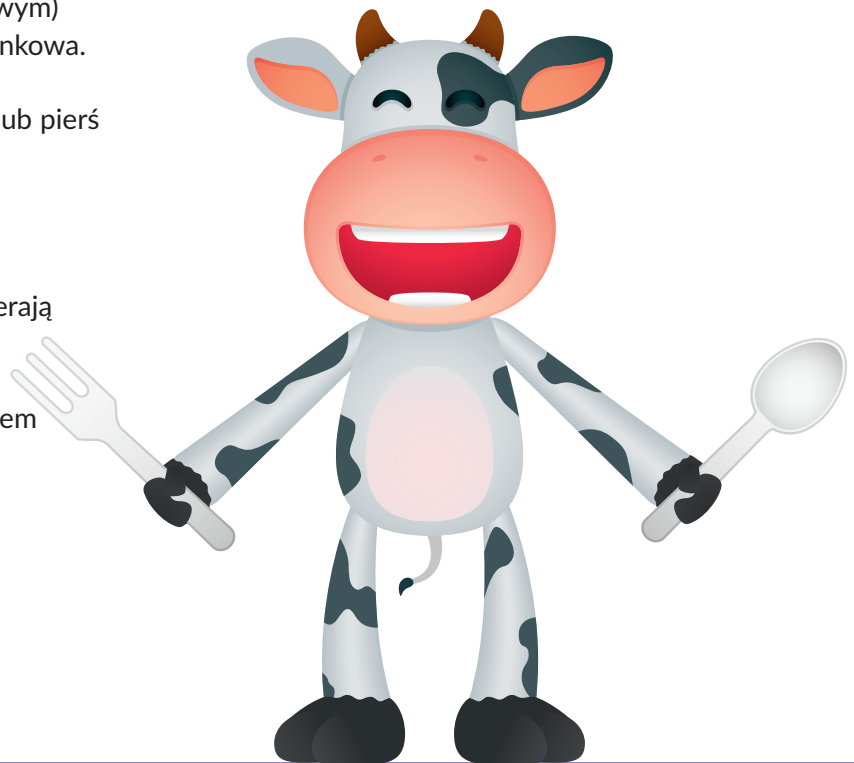
 Słone przekąski przygotowane bez mleka i nadziewane mięsem, kapustą lub kurczakiem (te posiłki zazwyczaj nie zawierają mleka w przepisie).

 Bochenek bezmlecznego chleba z pasztetem z kurczaka lub tuńczyka.

 Bezmleczne krakersy lub ciasteczka.

 Soki owocowe lub herbaty można podawać jako napoje.

 W dniach, gdy podaje się mleko lub jogurt, należy również dać dziecku z alergią na białka mleka krowiego mieszankę mlekozastępczą, którą przyjmuje jako substytut mleka.



ALERGIA NA BIAŁKA MLEKA KROWIEGO A ZABAWY W ŻŁOBKU I PRZEDSZKOLU

Rodzice dziecka z alergią na białka mleka krowiego zawsze muszą być informowani o organizowanych zabawach.

Najlepiej, aby specjały podawane w żłobku czy przedszkolu były przygotowywane bez mleka. Jeśli jedzenie na przyjęcie jest przynoszone przez rodziców, rodzice dzieci z alergią na białka mleka krowiego mogą przynieść żywność bezmleczną podobną do tej podawanej przez organizatorów.





Niektóre żłobki i przedszkola stosują już z powodzeniem tę procedurę.

Pomimo obaw związanych z postępowaniem w alergii na białka mleka krowiego stosowanie diety bezmlecznej nie oznacza, że dziecko będzie czuło się wykluczone z grupy rówieśniczej.

Jeśli zapewniona jest konieczna opieka, dziecko może angażować się we wszystkie aktywności, bawić się, nawiązywać znajomości i rosnać równie szczęśliwie, jak każde inne dziecko, bez ryzyka przypadkowego spożycia żywności z mlekiem.

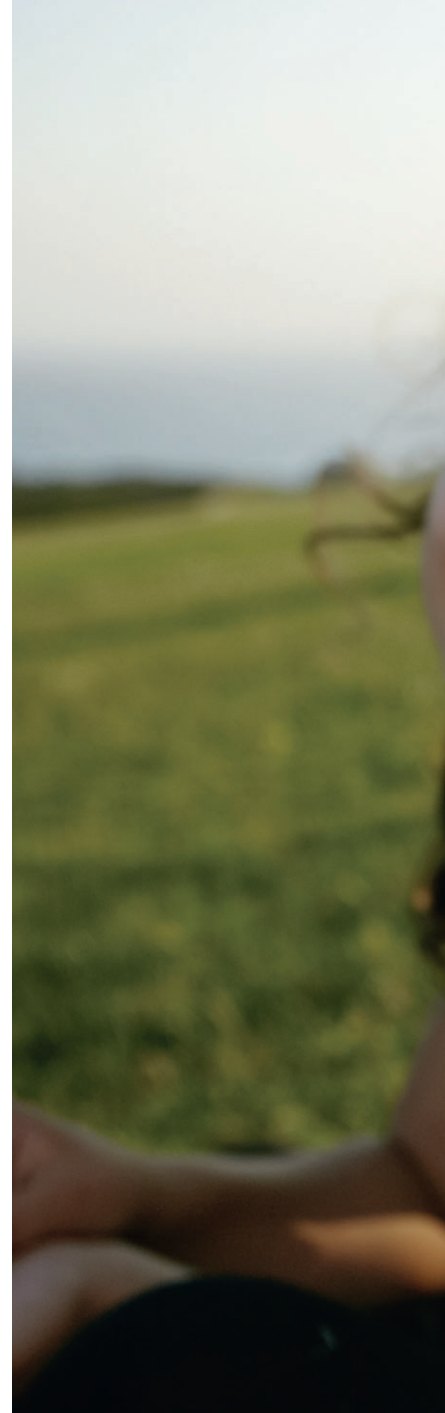


LISTA WSKAZÓWEK DLA OPIEKUNEK W ŻŁOBKU I PRZEDSZKOLANEK

-  Powitaj dziecko z alergią na białka mleka krowiego z taką samą sympatią, co inne dzieci, ale zwracaj szczególną uwagę na jego dietę i dopilnuj, aby przypadkowo nie spożyło żadnych produktów z mlekiem podczas wspólnych posiłków, jednak rób to bez jednoczesnego straszenia lub wykluczania dziecka.
-  Trzymaj oddzielną gąbkę i plastikowe naczynia dla dziecka z alergią na białka mleka krowiego i nie przygotowuj produktów z mlekiem razem z żywnością bezmleczną dziecka.
-  Dopilnuj, aby żadne podawane jedzenie nie zawierało mleka ani składników mlecznych.
-  Przed podaniem jedzenia dziecku zawsze czytaj listę składników na etykiecie.
-  Zmieszaj mieszankę mlekozastępczą z wodą tuż przed podaniem i podaj tylko ilość wymaganą w danym momencie. Nie zmieniaj zalecanego rozcieńczenia.
-  Sporządź dzienną listę produktów podawanych dziecku i odnotuj nieprawidłowe reakcje.
-  Poinformuj rodzinę dziecka z alergią na białka mleka krowiego i inne dzieci o organizowanych zabawach i/lub przyjęciach.
-  Podczas organizacji posiłków stawiaj na produkty bezmleczne dla wszystkich dzieci.
-  Upewnij się, że w razie konieczności można natychmiast skontaktować się z rodzicami oraz miej pod ręką listę dotyczącą leczenia i leków w razie przypadkowego spożycia żywności z mlekiem.
-  Pamiętaj, że nawet niewielka ilość jedzenia z mlekiem może spowodować wiele szkód. Podawanie takiego jedzenia może w niektórych sytuacjach zaszkodzić dziecku i stanowić zagrożenie dla życia. W tych momentach najlepszym sposobem jest serdeczna postawa i rozmowa z dzieckiem.

NOTATKI

A series of horizontal dotted lines for writing notes.





DALSZE INFORMACJE

NUTRICIA
neocate

Online

www.neocate.com.pl

NUTRICIA Polska Sp. z o.o.
ul. Bobrowiecka 6
00-728 Warszawa, Polska
tel: +48 22 55 00 000



Neocate LCP, Neocate Advance – dietetyczne środki specjalnego przeznaczenia medycznego. Stosować pod nadzorem lekarza.



ExpertCare