



ГБУЗ НО НОЦОЗМП
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

КАК СНИЗИТЬ РИСК ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ



Придерживайтесь сбалансированной и питательной диеты во время беременности или кормления (включая фрукты, овощи, злаки, белки и молочные продукты или продукты, обогащенные кальцием)



Отказ от продуктов, которые обычно вызывают аллергию, например, яиц и арахиса, во время беременности или кормления грудью не снизит риск развития аллергии у вашего ребенка



Лучше всего кормить ребенка грудным молоком



В случае кормления детскими смесями, поговорите с врачом о правильном подборе

Нет никаких доказательств того, что если давать детям гипоаллергенную смесь вместо стандартной из коровьего молока, это предотвратит аллергию. Однако, эти смеси помогут справиться с имеющейся аллергией на коровье молоко



Вводите прикорм с 4-6 месяцев

Вашему ребенку не нужно избегать каких-либо аллергенных продуктов (например, яичный желток следует начать вводить с 7 месяцев)



Еще больше
о здоровье здесь

