

Dị Ứng Thực Phẩm



CHĂM SÓC NHI KHOA • HỖ TRỢ • NUÔI DẠY CON CÁI
Một Chương Trình thuộc ZERO TO THREE



LÀM SAO ĐỂ BIẾT CON TÔI CÓ BỊ DỊ ỨNG THỰC PHẨM HAY KHÔNG?

Dị ứng có thể gây nhầm lẫn. Dị ứng có nghĩa là trẻ cực kỳ nhạy cảm với thứ gì đó chúng chạm vào, ăn hoặc thậm chí hít phải. “Thứ gì đó” đó có thể là bất cứ thứ gì! Dị ứng di truyền trong gia đình, nhưng ngay cả một đứa trẻ không có tiền sử gia đình cũng có thể có phản ứng.

CON QUÝ VỊ CÓ THỂ BỊ DỊ ỨNG NẾU QUÝ VỊ NHẬN THẤY BẤT KỲ ĐIỀU NÀO SAU ĐÂY:

- Bệnh chàm, nổi mề đay hoặc phát ban da khác
- Nôn mửa
- Tiêu chảy
- Máu trong phân
- Thở khò khè
- Ngứa hoặc sưng môi, lưỡi, miệng hoặc cổ họng
- Khó thở hoặc nuốt nghẹn

Đây đều là dấu hiệu của dị ứng có thể xảy ra. **Nếu con quý vị không thở được, hãy gọi 911.** Nếu con quý vị có các triệu chứng khác, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính về nhi khoa để kiểm tra. Giới thiệu từng loại thực phẩm mới một lần và đợi vài ngày để theo dõi phản ứng. Nếu quý vị nhận thấy bất kỳ điều gì, hãy dừng ăn ngay lập tức và tham khảo ý kiến của nhà cung cấp dịch vụ cho con quý vị để được trợ giúp về kế hoạch ăn uống.

Các dị ứng thực phẩm phổ biến nhất bao gồm:

- Trứng
- Sữa
- Đậu phộng
- Cá
- Các loại hạt cây (hạt điều, quả hồ trăn, quả hồ đào)
- Lúa mì

LÀM SAO TÔI CÓ THỂ BIẾT CON TÔI CÓ BỊ DỊ ỨNG VỚI SỮA HAY KHÔNG?

Người lớn bị dị ứng này thường đi tiêu phân lỏng và/hoặc có máu sau khi uống sữa hoặc ăn phô mai, v.v. Trẻ sơ sinh có thể có các triệu chứng tương tự vì protein sữa có thể đi vào sữa mẹ. Một số công thức cũng có chứa sữa. Trẻ sơ sinh bị dị ứng loại này có thể bị ngứa mũi hoặc nổi mẩn đỏ trên mặt không khỏi. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc con quý vị có thể giúp quý vị tìm hiểu xem những triệu chứng này có liên quan đến dị ứng sữa hay không. Trao đổi với nhà cung cấp của con quý vị trước khi thay đổi sữa công thức. Trẻ bị dị ứng sữa có thể hết dị ứng khi lớn lên. Tuy nhiên, chỉ cho trẻ uống sữa lại khi có sự hỗ trợ từ nhà cung cấp.

CÒN CHO TRẺ LÀM QUEN VỚI ĐẬU PHỘNG THÌ SAO?

Hợp tác chặt chẽ với nhà cung cấp của trẻ để lên kế hoạch cho trẻ ăn đậu phộng theo cách tốt nhất. Đừng bao giờ cho trẻ ăn cả hạt đậu phộng vì trẻ có thể bị nghẹn. Hầu hết trẻ em có thể được làm quen một cách cẩn thận với các sản phẩm đậu phộng vào khoảng 6 tháng tuổi (nếu nhà cung cấp của quý vị đồng ý). Điều này làm giảm nguy cơ dị ứng đậu phộng. Trẻ bị bệnh chàm hoặc các chứng dị ứng đã biết khác có thể được hưởng lợi từ việc tiếp xúc sớm hơn với đậu phộng. Tuy nhiên, điều này có thể yêu cầu xét nghiệm dị ứng trước. Một cách tiếp cận khác là cho trẻ ăn các sản phẩm đậu phộng lần đầu tiên *tại* phòng khám nhi khoa. Hãy hỏi nhà cung cấp của quý vị về tùy chọn này.

QUÉT ĐỂ BIẾT THÊM
THÔNG TIN

