

食物过敏



如何判断孩子是否有食物过敏？

过敏可让人困惑。过敏是指孩子对他们接触过、吃过甚至呼吸过的东西特别敏感。那个“东西”可以是任何东西！过敏是家族遗传，但即使是没有家族病史的婴儿也会有过敏反应。

如果你注意到以下任何情况, 你的宝宝可能出现过敏：

- 湿疹、荨麻疹或其他皮疹
- 呕吐
- 腹泻
- 血便
- 喘息
- 嘴唇、舌头、口腔或喉咙发痒或肿胀
- 呼吸或吞咽困难

这些都是可能过敏的迹象。**如果你的孩子无法呼吸,请拨打 911。**如果你的孩子有其它症状,请致电他们的儿科医生进行检查。一次添加一种新的食物,间隔几天观察反应。如果你注意到任何问题,立即停止喂食,并向你孩子的医生咨询饮食计划。

最常见的食物过敏包括:

- 鸡蛋
- 牛奶
- 花生
- 鱼类
- 坚果(腰果、开心果、山核桃)
- 小麦

我如何知道我的宝宝是否对牛奶过敏?

患有这种过敏症的成人通常在喝了牛奶或吃了奶酪等之后会出现稀便和/或血便。婴儿可能会表现出相同的症状,因为牛奶蛋白可以进入母乳。一些配方奶粉也含有乳制品。患有这种过敏症的婴儿可能会鼻塞或脸上出现无法消失的皮疹。你孩子的医生可以帮助你确定这些症状是否与牛奶过敏有关。更换配方奶粉前,请咨询孩子的医生。牛奶过敏的婴儿长大后可能就没事了。即便如此,只有在他们的医生的引导下才能再次给婴儿喂奶。

添加花生怎么样?

与婴儿的医生密切合作,计划如何最好地添加花生。千万不要给婴儿吃整颗花生,因为他们可能会因此而窒息。大多数婴儿在 6 个月大的时候可以小心地接触到花生产品(如果你的医生同意的话)。这降低了花生过敏的风险。患有湿疹或其它已知过敏症的儿童可能会受益于早期接触花生。然而,这可能需要先进行过敏测试。另一种方法是在儿科诊所第一次给宝宝吃花生制品。请向你的医生咨询这一选择。

扫描以获取更多信息

