

Příznaky potravinových alergií u kojenců a batolat

Potravinovou alergií se rozumí nepřiměřená reakce imunitního systému na bílkoviny obsažené v potravě. Reakce organismu na alergen může být velmi mírná, ale i život ohrožující.

Reakce se u dítěte obvykle projeví krátce po podání jídla, ale může se také projevit až za den či několik dní. V některých případech se alergie projeví až po druhém podání potravin či až po podání potravin ve větším množství. Nové potraviny je proto vhodné zařazovat do jídelníčku s několikadenním odstupem, aby bylo možné vysledovat případné reakce.

Příznaky potravinových alergií mohou být následující:

Kožní a slizniční projevy:

- kopřivka,
- ekzém (atopická dermatitida) - svědivá kožní vyrážka,
- otoky sliznice ústní dutiny a rtů, afty v ústech, praskliny koutků úst,
- rýma, zánět ucha,
- kýchání,
- dušnost, astma,
- záněty průdušek a plic.

Střevní projevy:

- bolesti břicha,
- nucení na zvracení,
- zvracení,
- průjem,
- objemné stolice,
- zácpa,
- nadýmání,
- neprospívání způsobené špatným vstřebáváním živin z potravy.

Změny v chování:

- zvýšená dráždivost,
- poruchy spánku,
- neutišitelný pláč.

Podobné příznaky mohou mít i jiná onemocnění, která by neměla být s potravinovými alergiemi zaměňována, např.:

- zvracení a průjmy vyvolané bakteriální nebo virovou střevní infekcí nebo velkým množstvím cukru v potravě (např. při pití sladkých nápojů a ovocných džusů),
- podráždění kůže vyvolané kyselinami obsaženými v některých druzích ovoce a zeleniny (citrusy, jahody, rajčata),

- některá onemocnění vyvolaná potravinami, např. laktózová intolerance (neschopnost trávit mléčný cukr laktózu) nebo celiakie (nesnášenlivost lepku), která nejsou potravinovými alergiemi,
- [kojenecké koliky](#), které zřejmě nemají alergický původ.

Alergické reakce u dětí nejčastěji vyvolávají následující potraviny:

- kravské mléko,
- vaječné bílky,
- arašídý,
- sója,
- pšenice,
- stromové ořechy (vlašské ořechy, lískové ořechy, pistácie, kešu),
- ryby,
- mořské plody.

Uvedené potraviny jsou nejčastějším původcem alergických reakcí u dětí (tvoří více než 90 % případů), dítě však může být alergické i na jakýkoliv jiný druh masa, zeleniny, ovoce, obilovin, semen či jiných potravin. Vážné alergické reakce vznikají nejčastěji po konzumaci arašídů, oříšků a mořských ryb a plodů.

Zdroje:

<http://www.pediatricpropraxi.cz/pdfs/ped/2007/05/04.pdf>