



Az anyatej hozzájárulhat a kisgyermekkorban kialakuló, a gyermekek három százalékát érintő tejfehérje-allergia megelőzéséhez - közölte az Első 1000 nap program pénteken az MTI-vel.

A közlemény szerint a csak anyatejjel táplált csecsemőknél jóval ritkábban jelentkezik a tejfehérje-allergia, ha viszont az anya sok tejterméket fogyaszt, az első tünetek a szoptatás alatt is megjelenhetnek.

Jellemzőbb azonban, hogy az allergia hozzátápláláskor, a tejtermékek bevezetésekor jelentkezik - tették hozzá.

Kiemelték, hogy a tejallergia tudatos táplálással elkerülhető: a legfontosabb a hosszan tartó kizárólagos anyatejes táplálás, anyatej hiányában pedig a részlegesen hidrolizált tápszer használata és a tejtermékek időben történő bevezetése. A gyerekeknek 8 hónapos kortól lehet savanyított tejtermékeket adni, egy hónappal később sovány, nem penészes és nem érlelt sajtok, 10 hónaposan pedig a túró is bekerülhet az étrendbe. Az állati eredetű tej azonban nem javasolt 1 éves kor alatt - tudatták.

A közleményben azt írták, hogy a tejfehérje-allergia tejet vagy tejszármazékot tartalmazó élelmiszerek fogyasztása után jelentkezik, mert a tejben található fehérjéket idegen anyagként észleli a szervezet, és kóros immunválaszt ad rájuk. A tejfehérje-allergiában szenvedők a

tehéntej mellett a juh-, a kecske- és a bivalytejet sem fogyaszthatják, valamint előfordulhat keresztallergia a marhahúsra.

A tejallergia leggyakrabban csecsemőkorban, az anyatejes táplálás során alakul ki, okozhatja a túl korán bevezetett tehéntejfogyasztás, de örökletes is lehet és felnőttkorban is jelentkezhet - ismertették.

Gyakori hasfájás, felsőlégúti vagy ekcémás tünetek esetén érdemes orvoshoz fordulni, a diagnózis felállítása után pedig olyan tejfehérjét nélküli étrendet kell összeállítani, amely figyelembe veszi az életkori sajátosságok mellett a mindenkori ajánlásokat is. Ehhez érdemes gasztroenterológus vagy dietetikus segítségét kérni - javasolták.

Hozzáfüzték, hogy az érintett gyerekek esetében a tehéntejet hatéves korig orvos által felírt, társadalombiztosítás által támogatott, tejfehérje-allergia esetén adható tápszerrel lehet pótolni. A gyerekek általában 5-6 éves korukra kinövik a tejfehérje-allergiát.

Forrás: MTI