

Korán jelentkezhethet

Amikor veszélyes a tojásrántotta

A tej mellett a tojás az egyik leggyakoribb allergén a felnőttek és a gyerekek esetében is Magyarországon. A jellegzetes tünetekről, a kezelésről, és arról, hogy mire kell odafigyelnünk, ha kellemetlen reakcióra számíthatunk egy bundás kenyér elfogyasztása után, szakértő beszél.

Az ételallergia tünetei már a szoptatás időszakában is jelentkezhetnek. Ennek az az oka, hogy az anya által elfogyasztott ételek – bizonyos mennyiségben – átjutnak az anyatejen keresztül a baba szervezetébe is. Érdemes ezért megfigyelnünk, hogy a panaszok pontosan mikor jelentkeznek: a gyanús élelmiszereket teljesen hagyjuk el. Ahogy Hidvégi Edit, a Budai Allergiaközpont gasztroenterológus mondja, ha ezek után nem jelentkeznek a tünetek, akkor az egész szoptatási idő alatt érdemes tojásmentes diétát tartani.

A gasztroenterológus szerint ha az allergia jelei továbbra sem múlnak, akkor más élelmiszerek is gyanúba keveredhetnek, de ilyenkor már ne kísérletezzünk, keressünk fel egy szakorvost. A szoptatás időszakában a tojásallergia tüneteként a babánál jelentkezhet bőralergia, ekcéma és különböző hasi panaszok. A tojást egyébként 8 hónapos kor után vezethetjük be a babák étrendjébe. A kicsinek kezdetben kizárólag friss, jól megfőzött tojás sárgáját készítünk, később fokozatosan kaphat tojásfehérjét is. Ez, az allergiára hajlamos gyermekeknél legalább 2-4 hónappal későbbre halasztható. Ebben az időszakban a tojás fogyasztását követően fellépő bőrvizketés, kipirosodás, bőrkiütés, száj körüli zsibbadás, az arc, a torok duzzadása, légzés nehézsége, hányás, hasmenés, hasi fájdalom esetén kell gondolnunk tojásallergiára – sorolja a figyelmeztető tüneteket Hidvégi doktornő.



Tojásos étel. Van, akinél tiltólistás

Forrás: Aréna 2000

A tojásra allergiás betegeknél fontos figyelni arra is, hogy ritkán a csirkehús fogyasztása után is jelentkezhetnek allergiás tünetek. A keresztallergia hátterében az anyagok kémiai szerkezetének hasonlósága áll. Olyan kicsi a két anyag közötti különbség, hogy sok szervezet, különösen akkor, ha már fokozottan érzékeny az egyik anyagra, nem tud különbséget tenni közöttük. Egyes tojásallergiás betegeknél a tyúktoll allergénjének belélegzése is asztmás tünetet, köhögést okozhat.

Az allergia egyetlen kezelési módja, a tojásmentes diéta betartása, ami – különösen gyermekeknél – egyáltalán nem könnyű feladat. Tojásfehérje számos élelmiszerben található, leginkább a pékáruk, a kenyér-, ragu- és tésztafélék, a krémtöltelékek és fagyaltok tartalmazzák. Fontos, hogy bevásárlás során mindig olvassuk el az egyes ételek összetevőit is: többek között az albumin, a globulin, a lecitin, a lizozim, a majonéz, az ovalbumin, az ovovitelin, a tojáshab tojásfehérje jelenlétére utalnak – sorolja a gasztroenterológus, aki gyakorlati tippeket is ad ahhoz, hogyan pótolható a tojás. Főzés során az ételek sűrítésére tojás helyett használjunk keményítőt, vagy burgonyát, de vehetünk tojáspótló port is. Az ételek lazítására alkalmazható rizs, búzadara, tojásmentes zsemlemorzsa, élesztő, szóda-bikarbóna.

Fontos tudni, hogy egyes védőoltások előállításakor a vírust tojásban szaporítják, ezért az oltóanyagba kis mennyiségű tojásfehérje is bekerülhet. Ez allergiás tüneteket, súlyos esetben vérnyomásesést, fulladást, esetleg halálhoz vezető reakciót válthat ki. Ilyenek a sárgaláz, illetve az influenza elleni oltások. Lassan egy évtizede más technológiával készül a 15 hónapos korban kötelező kanyaró-mumpsz-rózsahimlő elleni védőoltás, tehát ezt tojás-allergiások is megkaphatják. Mivel a tojás alapú védőoltások nem kötelezőek, ha kimaradnak, akkor sem történik baj.

Jó hír, hogy a gyermekek többsége 3 éves korára kinövi a tojásallergiát, de előfordulhat, hogy ez későbbi életkorra tolódik. Az esetek kisebb százalékában ugyan, ám megtörténhet, hogy a tojásallergia élethosszig megmarad. Ugyanakkor sok nehézséggel járhat, amíg "kezdő" allergiás kialakítja új életmódját, ám ebben nagy segítséget jelenthetnek az internetes közösségek, számos tanácsot, és ötletet adva sorstársaiknak.

hüvelyszárazság? www.cikatrídina.hu

Ne szenvedjen tőle, mert kezelése egyszerű és természetes

Viszkető fejbőr www.headandshoulders.hu

H&S fejbőrápolási kalauz: tanácsok a viszkető fejbőr kezelésére!

A legjobb Candida kúra www.DrNatura.hu/Colonix

Miért hatásos a Colonix a Candida ellen is. Tudja meg itt!

Férfi szőrtelenítés www.braun.com/hu

Vegyél Te is Braun BodyCruzer-t, mert a szőrös test már nem divat!

Google Hirdetések

Tetszik

6 embernek tetszik.

Google Hirdetések

Régi Pénz

Ezüst Pénz

Érmék

Régi Bankjegy

[Ide kattintva a cikket az eredeti helyen olvashatja.](#)