

Чек-лист: Детские аллергии — что важно знать родителям

Основные причины:

- Пищевая аллергия (молоко, яйца, орехи, рыба, пшеница).
- Аллергия на пыль, шерсть, пыльцу или лекарства.
- Контактная реакция на бытовую химию или материалы одежды.

Как распознать аллергию:

- Сыпь, покраснение кожи, зуд.
- Заложенность носа, кашель, чихание.
- Нарушения пищеварения — колики, понос, рвота.

Что делать родителям:

- Ведите дневник питания и реакций.
- Не вводите новые продукты без консультации педиатра.
- Используйте гипоаллергенные средства для ухода и стирки.
- При признаках аллергии обращайтесь к врачу-аллергологу.

□ Главное — не заниматься самолечением. Только врач поможет определить причину и подобрать безопасное лечение.