

Гипоаллергенная диета при аллергических заболеваниях кожи

- Человеку, страдающему различными формами аллергического поражения кожного покрова, необходимо перейти на так называемое гипоаллергенное питание, суть которого состоит в следующем:
- преобладание в рационе низкоаллергенных продуктов;
- исключение питательных веществ, обладающих высокой сенсibilизирующей способностью;
- поддержание на постоянном уровне энергетической ценности диеты;
- соответствие возрастным потребностям.
- В первые дни при резко развивающейся аллергической реакции полностью исключают все сильно аллергенные продукты.
- В рационе должны присутствовать только те виды пищи, которые точно не усилят симптоматику болезни и сами не повлияют на усиление проявлений аллергии.
- Проще правильно организовать свое питание, когда точно известен вид аллергена.
- Чтобы его установить необходимо пройти специальные кожные пробы.
- На их основании получают результат, по которому можно будет определить конкретный вид пищевого аллергена или группу самых вероятных.