



Alergia la proteinele din lapte

Alergia la proteinele din lapte este cea mai frecventă alergie alimentară, ea fiind declanșată, de regula, de contactul timpuriu și continuu cu produse din lapte de vacă. După naștere, proteinele din lapte se administrează copilului prin hrana pentru bebeluși sau ajung în organismul acestuia prin laptele mamei, atunci când ea consumă produse lactate. Problema constă în administrarea continuă a acestei proteine străine.

Majoritatea oamenilor consuma produse lactate zilnic, uneori chiar de mai multe ori pe zi. Acestea sunt puternic modificate în decursul prelucrării tehnice, ceea ce le poate crește suplimentar potența alergenă.

Se ajunge la o sensibilizare față de cazeină, lactoglobulină și/sau lactalbumină. Aceste proteine se aseamănă în laptele diverselor animale de asemenea manieră încât, în cazul unei alergii la laptele de vacă, de obicei, nu sunt tolerate nici produsele din lapte de capră și oaie. Există și alergie la lactoză, „zaharul” din lapte - aceasta este însă mai rară. Cea mai frecventă formă de intoleranță la lactoză are la bază deficitul de lactază, enzima care degradează lactoza în intestin.

Primele simptome apar adesea la câteva zile/ săptămâni de la naștere, dar o alergie la proteinele lactate se poate dezvolta la orice vârstă. Majoritatea bebelușilor care plâng mult au alergie la lapte.

Reacțiile alergice se exprimă adesea sub diverse forme: balonări, crampe abdominale, neurodermită, astm bronșic, afecțiuni intestinale inflamatorii precum boala Crohn și colita ulceroasă, diabet zaharat, dificultăți de concentrare, dispoziție depresivă și agresivă, migrenă, până la crize epileptice.

Dacă sistemul imunitar se găsește o dată în această situație de reacție hiperactivă, adesea formează alte alergii față de alimente consumate frecvent, dar și față de polen, păr de animale, pene, acarieni din praful de casă, mucegai, metale sau substanțe chimice din produse cosmetice și produse de îngrijire corporală.

Contactul cu mici cantități de alergen poate conduce la reacții alergice foarte puternice, deoarece corpul salvează informația electromagnetică a alergenului. Prin intermediul proceselor biofizice pot fi activate foarte repede segmente extinse ale sistemului imunitar. Din acest motiv sunt necesare măsuri de protecție speciale pentru evitarea reacțiilor alergice.

Pentru succesul terapiei în cazul alergiei la produsele lactate, **este necesară evitarea alergenilor timp de minim trei săptămâni până la inițierea terapiei și, de asemenea, până la finalizarea acesteia**. Cu ajutorul terapiei Vitalfeld pot fi tratate cu succes alergiile, precum cea la proteinele din lapte.

Persoana afectată nu are voie să consume alimente care conțin lapte, trebuind să evite și contactul prin piele sau inhalarea de aburi la fierberea sau coacerea alimentelor care conțin lapte.

Încălzirea alimentelor care conțin lapte la cuptorul cu microunde trebuie evitată, deoarece caracteristicile electromagnetice ale compușilor din lapte se dispersează din cuptorul cu microunde în întregul spațiu.

Mamele care alăptează copii ce suferă de alergie la lapte nu au voie, de asemenea, să consume produse lactate, deoarece componente din laptele străin se regăsesc în laptele matern. Totodată, aceste substanțe sunt eliminate prin piele, odată cu transpirația. Din acest motiv **persoanele apropiate pacienților care suferă de alergii alimentare nu trebuie să consume la rândul lor alimentele care declanșează alergiile**. Chiar și prepararea acestor alimente lasă urme pe piele și pe îmbrăcăminte. Cel mai bine este ca întreaga familie să renunțe la alimentul respectiv până la încheierea tratamentului.



De asemenea, trebuie evitat și mâncatul la restaurant, cantină sau la școală. Adesea nici bucătarii nu știu cu siguranță dacă alimentele folosite la gătit conțin proteine din lapte sau nu. Din acest motiv nu se pot evita cu certitudine alergenii în aceste cazuri. Copiilor li se poate da mâncare de acasă, care poate fi eventual încălzită la școală. O altă opțiune ar putea fi păstrarea mâncării în vase termoizolante, până când este consumată.

Toate produsele lactate trebuie evitate cu strictețe. Untul și smântâna ar trebui să nu conțină proteine din lapte, însă aceasta nu este întotdeauna situația reală. Din acest motiv aceste produse **nu trebuie consumate**. Chiar și înghețata conține componente lactate - în locul ei se poate consuma suc de fructe înghețat în forme specifice. Unele tipuri de margarină sunt îmbogățite cu zer sau cu alte componente din lapte. Și aici este necesară precauție. Cele mai multe produse cu ciocolată și adesea și alte dulciuri conțin proteine din lapte. Majoritatea tipurilor de hrană pentru copii sunt create pe bază de lapte, dar există și o alternativă din aminoacizi non-alergenici, precum și tipuri de hrană pe bază de proteină de soia. Deoarece alergiile la proteine din lapte este tratabilă, utilizarea acestor alternative este limitată la câteva săptămâni. **Nu se recomandă o hrănire completă a bebelușului cu alimente pentru bebeluși obținute pe bază de soia**, și nici nu este necesară.

Atunci când în familie există deja persoane care au reacționat alergic, nou-născuții și bebelușii care nu sunt sau nu mai sunt alăptați trebuie tratați profilactic cu produse lactate HA, hipoalergenice. Deși astfel nu se înlătură pericolul apariției unei alergii, măcar acesta este redus.

Atunci când cumpărați alimente, trebuie să verificați ca acestea să nu conțină elemente lactate, nici măcar urme de substanțe din lapte. Însă în cazul multor alimente nu se declară faptul că acestea conțin sau ar putea conține proteine din lapte.

Aici sunt incluse și pâinea și alte produse de panificație. La producerea agenților de creștere sunt folosite, de obicei, substanțe conținute în lapte, lucru care, adesea, nu le este cunoscut nici brutarilor. **Există și produse de panificație precum chiflele cu lapte, lipii, briose, gustări sărate, torturi, care conțin întotdeauna lapte.** Pâinea ar trebui întotdeauna coaptă acasă și pentru aceasta este nevoie doar de făină, sare, apă, drojdie sau praf de copt.

Posibilități de înlocuire a laptelui și a produselor lactate sunt reprezentate de produse vegetale precum laptele din soia, tofu, laptele de orez, laptele de ovăz, de spelta sau de migdale. Însă mai întâi trebuie stabilită toleranța la aceste produse.

Produsele cosmetice și de îngrijire corporală pot să conțină proteine din lapte. Uneori se adaugă zer, lapte sau substanțe care se regăsesc în lapte. Din acest motiv este importantă verificarea atentă a substanțelor componente.

Important! Acest document este proprietatea Transilvania Healing Centre și nu poate fi folosit, transmis sau reprodus, total sau parțial, fără autorizarea expresă și scrisă.