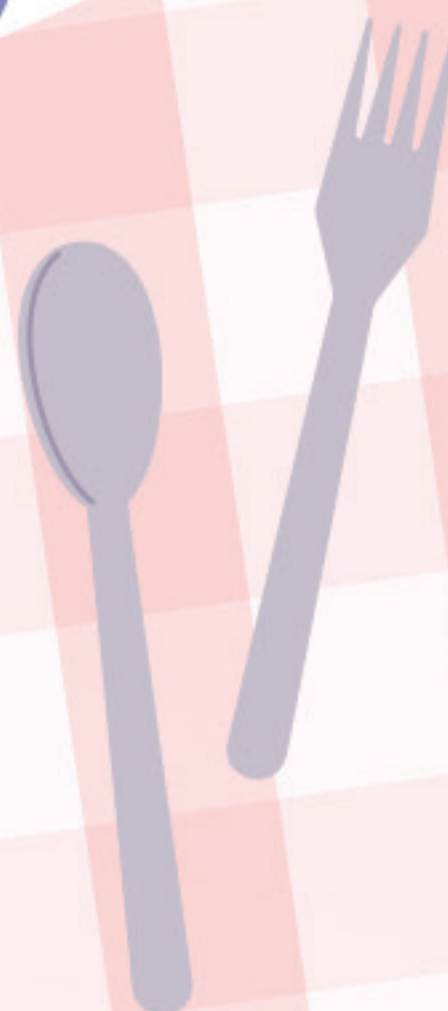


АТОПИЯЛЫҚ ДЕРМАТИТ КЕЗІНДЕГІ ГИПОАЛЛЕРГЕНДІ ДИЕТА¹



ҰСЫНЫЛАТЫН ӨНІМДЕР

- Сиыр еті, қоян және балапан еті, бауыр, жүрек
- Сорпа түрлері: жармақтар, екінші қайнатылған сиыр еті сорпасындағы көкөніс, вегетариандық
- Суға піскен картоп
- Ботқа түрлері: қарақұмық, сұлы, күріш
- Сары май, зәйтүн майы, күнбағыс майы
- Сүзбе, ашытылған сүт өнімдері
- Отқа піскен алма, қарбыз
- Жаңа шыққан қияр, ақжелкен, аскөк
- Минералды ас суы
- Алма, қара өрік, қарақат, шие, кепкен жемістерден жасалған компот
- Ашытқысыз піскен ақ нан
- Қант
- Шай



1. Балаларда кездесетін атопиялық дерматит, ҚР ДСМ - 2019 клиникалық хаттамалары (Қазақстан), №2 қосымша
2. Darsow U, et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2005; 19:286-295
3. Мацук О.Н., Балалар атопиялық дерматиті кезінде гастроинтестиналды тағамдық аллергияның рөлі, "Вестник ВГМУ", 2005, 4-том, №2

АТОПИЯЛЫҚ ДЕРМАТИТ КЕЗІНДЕГІ ГИПОАЛЛЕРГЕНДІ ДИЕТА¹

❌ РАЦИОННАН АЛЫП ТАСТАЛАТЫН ӨНІМДЕР

- Жұмыртқа
- Жаңғақтар
- Саңырауқұлақ
- Қаймағы алынбаған сүт
- Скумбрия тұқымдас балықтар: скумбрия, тунец, макрель және т.б.), албырт тұқымдастар
- Цитрус жемістері (апельсин, мандарин, лимон, грейпфрут және т.б.)
- Қызғылт-сары және қызыл түсті көкөніс және жемістер (банан, құлпынай, қойбүлдірген, қауын, ананас, қызанақ, баялды, ақжелкек, шалқан, шалғам)
- Қымыздық, шпинат, рауғаш және қымыздық қышқылына бай басқа да өнімдер
- Алкогольді сусындар
- Бал, шоколад және шоколад өнімдері
- Майқоспа қамыр
- Ысталған өнімдер, шұжық, шишұжық
- Кофе
- Газдалған сусындар

Рационнан ауруды қоздыратын тамақ өнімдерін ғана алып тастаймыз. Егер тағамдық аллергия болмаса – диета қажет емес!^{2,3}