

Консультация для родителей:

Как уберечь малыша от холодовой аллергии?

Воспитатель МДОУ «Марушинский детский сад «Петушок»

Зиборова Марина Сергеевна.



2011 г.

Малыш вернулся с прогулки, и вы не нарядуетесь на его румяные щечки. Будьте внимательны: если краснота не спадает через несколько часов и вдобавок к ней появляется сыпь, у ребенка можно заподозрить холодовую аллергию, реакцию на резкое понижение температуры.

При наиболее легкой форме холодовой аллергии краснеют, зудят и иногда отекают все открытые холоду участки тела. Уже через пять минут после пребывания на морозе ребенок начинает чесаться, пытаясь дотянуться ручками до щек. По возвращении домой на щеках может появиться сыпь, похожая на крапивницу. Она захватывает руки, а у совсем маленьких детей – и внутреннюю поверхность бедер и голеней, колени. Высыпания плотные, розовые или белесоватые, сильно беспокоят малыша. Через несколько часов симптомы исчезают безо всякого лечения.

Холодовая аллергия может проявляться иначе. Слезятся глаза или появляются отеки вокруг глаз и губ, «заеды» в углах рта, шелушение губ и их растрескивание, которые раньше приписывали нехватке витаминов и вирусным заболеваниям, также могут быть следствием аллергии.

Иногда аллергия проявляется как банальная простуда: ночной сухой кашель, хрипы при дыхании, заложенный нос – и все это на фоне покрасневших щек. Если у малыша наблюдаются проявления атопического дерматита, пищевой аллергии, дисбактериоза, то и холодовая аллергия будет протекать тяжелее. Часто холодовая аллергия начинается после перенесенных ОРВИ.

Диагностика холодовой аллергии

Для постановки диагноза используют холодовые пробы, которые вы можете провести в домашних условиях. Положите на запястье малыша на 15 минут кусочек льда и понаблюдайте, не появятся ли высыпания и зуд. Ответ утвердительный? Покажите ребенка аллергологу. Но даже если реакции не было, а прогулки по-прежнему представляют собой проблему, стоит

обратиться к врачу: некоторые формы холодовой аллергии таким тестом себя не проявляют.

Как бороться с холодовой аллергией

Бороться с такой аллергией сложно, потому что в наших широтах невозможно полностью устранить аллерген – холод. Но и привыкания не происходит, с возрастом реакции станут тяжелее.

При первых признаках холодовой аллергии давайте ребенку любой разрешенный ему антигистаминный препарат – супрастин, тавегил, зиртек. Личико перед выходом на улицу смажьте тонким слоем детского крема, а губы – гигиенической помадой.

Непромокаемые варежки и рукавички предпочтительнее перчаток. Одевайте малышу на голову капюшон, лицо закрывайте шлемом.

Забудьте о закаливании и «малышковом» плавании: снижении температуры воды для купания у такого малыша чревато аллергической реакцией.

Ограничьте время пребывания малыша на улице: прогулки в холодную погоду принесут ему больше вреда, чем пользы.

Важно!

Подозрение на холодовую аллергию – не оправдание маминой лени и нежелания лишней раз в плохую погоду выходить на улицу, а также привычки кутать здорового ребенка в сто одежек. Только врач может оценить тяжесть заболевания и дать соответствующие рекомендации.