

Аллергия на белок коровьего молока (АБКМ)

Аллергия на белок коровьего молока (АБКМ) — это неправильная реакция иммунной системы ребенка на один или несколько белков, содержащихся в коровьем молоке. Организм ошибочно видит в них «врага» и запускает воспаление.

Важно! Не путайте АБКМ с лактазной недостаточностью. При лактазной недостаточности не хватает фермента для усвоения молочного сахара — лактозы, и проблема вовсе не в аллергии на белок.

Когда стартует АБКМ?

АБКМ может начаться в любом возрасте, но чаще проявляется у детей первого года жизни:

- На грудном вскармливании — если мама употребляет молочные продукты.
- На искусственном вскармливании — при кормлении обычной молочной смесью или при введении коровьего молока в рацион ребенка.

Симптомы могут появиться в первые недели или месяцы жизни, но иногда возникают позже, при введении прикорма.

Как проявляется АБКМ?

Признаки могут быть разными:

Кожные проявления

- Сыпь, покраснение.
- Сухость кожи, трещинки.
- Упорная себорея («молочные корочки»), не проходящая после ухода.
- Зуд, мокнущие пятна.

Желудочно-кишечные проявления

- Частые срыгивания, рвота.
- Колики, беспокойство.
- Запоры или жидкий стул с возможной примесью крови или слизи.
- Плохой набор веса.



Дыхательные проявления

- Насморк без признаков простуды.
- Кашель, хрипы.

Тяжелые формы

При АБКМ возможны сильные отёки, затрудненное дыхание. Такие реакции бывают редко, и это повод для немедленного обращения за медицинской помощью.



Что делать, если вы подозреваете аллергию?

- Не пытайтесь лечить самостоятельно!
- Обязательно обратитесь к педиатру или аллергологу.

Как лечат АКБМ?

Основное лечение — исключение всех источников белка коровьего молока.

- **Если малыш на грудном вскармливании,** безмолочную диету соблюдает мама. Исключаются не только молоко, сливки, творог, сыр, йогурты, но и любые продукты, где есть молочные белки (включая помеченные надписью «может содержать следы молока»).
- **Если малыш на искусственном вскармливании, подбираются специальные лечебные смеси:**
 - Глубоко гидролизованные смеси — на основе полностью расщеплённого белка.
 - Аминокислотные смеси — не содержат белков вообще, только отдельные аминокислоты

Безмолочная диета соблюдается не менее 6 месяцев, отменяется только лечащим врачом.

Может ли АБКМ пройти с возрастом?

Да. Больше 70% детей перерастают аллергию к возрасту 3–5 лет. После соблюдения элиминационной диеты врач предложит пройти через специальную схему питания — «молочную лестницу» — чтобы постепенно вернуть молочные продукты в рацион малыша и оценить реакцию организма.