

### Csecsemőtáplálás és ételallergia



A baba kizárólagos anyatejes táplálása védelmet nyújt számára az allergiás betegségekkel szemben. A kizárólagos szoptatás alatt minimális az idegen allergén fehérjék bejutása a szervezetbe, az anyatej számos, az immunrendszer érését befolyásoló anyagot tartalmaz, és támogatja az egészséges bélflóra kialakulását.

Meddig tartson a baba kizárólagos szoptatása?

A WHO 2001-es ajánlása alapján a gyermekorvosok, védőnők a legtöbb országban a csecsemő betöltött 6 hónapos koráig tartó, kizárólagos szoptatását javasolják. Sok szakember allergiára hajlamos babáknál bizonyos élelmiszerek, pl. tej, liszt, tojás bevezetését egészen 1 éves korig vagy tovább is késlelteti.

A legújabb tudományos vizsgálatok szerint nem igazolható sem a késleltetve, jóval 6 hónapos kor után kezdett hozzátáplálás, sem bizonyos konkrét élelmiszerek (pl. tej, tojás) kerülésének allergiát megelőző hatása. A vizsgálatok eredménye pont ellenkezőleg, arra utal, hogy a hozzátáplálás túl késői elkezdése éppúgy fokozza a táplálékallergia esélyét, mint a túl korai.

[Tovább>>](#)