

НЕСПЕЦИФИЧЕСКАЯ ГИПОАЛЛЕРГЕННАЯ ДИЕТА

Виды продуктов	Исключаются	Ограничиваются	Разрешаются с учётом переносимости
Изделия из муки, круп, кондитерские изделия, сладости	Торты, пирожное, кремы, кексы, конфеты, карамели, шоколад, мармелад, пастила, халва, мёд, жевательная резинка	Манная крупа, макаронные изделия, хлеб пшеничный из муки 1 сорта, выпечка из муки пшеничной, кукурузные хлопья	Крупы рисовая, гречневая, овсяная, пшениная, перловая, кукурузная, ржаной хлеб, хлеб из муки 2 сорта, простая сушка, хлебцы зерновые (гречневые, кукурузные, несладкие рисовые хлопья)
Молоко и молочные продукты	Ферментированные острые сыры, мороженое с пищевыми красителями и добавками	Цельное молоко, творог, сметана, йогурты с фруктовыми добавками	Кисломолочные продукты, неострые сыры
Мясные, рыбные продукты, яйца	Наваристые бульоны, субпродукты, копчёные колбасы, сосиски, сардельки, ветчина, мясные и рыбные консервы, рыба, яйца, икра, крабы	Жирные сорта говядины, свинины, баранины, куриное мясо	Нежирные сорта говядины, свинины, баранины, конина, индейка, кролик, специализированные детские консервы
Жировые продукты	Сало, животный кулинарный жир, маргарин, майонез	Сливочное масло	Растительное масло (кукурузное, оливковое, подсолнечное), топленое масло
Овощи	Редька, редис, щавель, шпинат, томаты, квашеная капуста, дыня, арбуз, солёные и консервированные огурцы, болгарский перец	Свекла, морковь, лук, чеснок, салат	Картофель, капуста белокочанная, цветная и брюссельская, кабачки, патиссоны, тыква, репа, брюква, стручковая фасоль, молодой зелёный горошек, петрушка, укроп, свежие огурцы
Фрукты, ягоды, грибы, орехи	Земляника, клубника, малина, виноград, абрикосы, персики, гранаты, цитрусовые, облепиха, киви, ананас, грибы, орехи, арахис	Вишня, слива, черника, брусника, чёрная смородина, клюква, ежевика	Яблоки – белые и зелёные (лучше срезать кожицу или запекать), груши, жёлтая черешня, жёлтая слива, крыжовник, бананы, белая и красная смородина
Напитки	Газированные напитки, лимонад, фруктовые воды, квас, кофе, какао, кисели	Отвар шиповника, отвары из фруктов и овощей, консервированные соки	Компот, из свежих и сухих фруктов (яблок, груш), натуральные соки для детского питания, разбавленные на 1/3 кипячёной водой, чай чёрный и зелёный листовой без ароматизаторов

В случае доказанной пищевой аллергии помимо назначения общей неспецифической гипоаллергенной диеты из рациона строго исключается причинно-значимый продукт!

ВАЖНО: Необходимость и продолжительность гипоаллергенной диеты определяется лечащим врачом

Помимо неспецифической гипоаллергенной диеты пациентам с сухой и атопичной кожей рекомендован базовый уход с использованием эмолента

ВХОДЯЩИЕ В СОСТАВ РЕГЛИСАМ КРЕМА КОМПОНЕНТЫ СПОСОБСТВУЮТ:

- длительному увлажнению
- снижению воспаления и зуда
- восстановлению и заживлению сухой и атопичной кожи

