



Вопросы и ответы

Светлана Николаевна ДЕНИСОВА,

доктор медицинских наук, врач городского консультативно-методического кабинета по питанию больного и здорового ребенка Департамента здравоохранения города Москвы.

Даже у опытных родителей всегда есть и будут вопросы, связанные с детским питанием. В нашей постоянной рубрике на них отвечают лучшие специалисты.

Моей дочери 6 месяцев. Аппетит плохой, ест очень мало. На искусственном вскармливании с двух месяцев. Родилась с весом 3600 гр., сейчас весит 6500 гр.. Перепробовали уже все. Что делать?

Лариса

Дефицит веса составляет около 10%, это не очень хорошо. Пора вводить прикорм. Можно и нужно ввести каши гречневую, кукурузную, рисовую, овсяную, лучше быстрорастворимую молочную детскую кашу (инстантную). Затем начать введение овощей, например, брокколи, цветную капусту, картофель, затем яблочное или грушевое пюре, банан. Вводить надо по одному продукту в течение 7-10 дней, начиная с 5 мл (1 ч.л.) и доводить до 180 – 200 мл каши в день, овощей до 150-200 гр./день и 80-100 гр./день фруктов. С 7 месяцев можно вводить мясо кролика, индейки, свинины, ягненка. Будьте здоровы.



Здравствуйте. Моему ребенку один месяц. Она с рождения была на смешанном вскармливании, а в последние дни мы перешли полностью на искусственное питание смесью НАН и от него у девочки запоры. Хочу перейти на смесь на основе козьего молока Нэнни. Хотелось бы узнать, как перевести дочку на эту смесь?

Регина

При запорах детям рекомендуются смеси с пребиотиками. На российском рынке появились смеси на основе козьего молока с пребиотиками Нэнни1 для младенцев до 5 месяцев и Нэнни 2 для детей от пяти месяцев до года. Перевод с одной смеси на другую начинают постепенно с 10-20 мл новой смеси в каждое кормление в отдельной бутылочке, на 2 день - по 20-30 мл, на 3 день — по 30-40мл и т.д. до полной замены старой смеси на новую. Всего хорошего.

Здравствуйте! Моей дочке 2,2 появилась сыпь на локте. Через неделю она стала распространяться дальше по руке. Сейчас сыпь есть на обеих руках, на коленках и на попе. Подскажите, пожалуйста, чем можно кормить ребенка, рецепты питания для аллергиков. Пока мы не знаем на что именно аллергия. Спасибо.

Марина

Диета нужна на 10 дней для того, чтобы понять, была ли реакция связана с продуктами питания. Если за 10 дней состояние не улучшится, рекомендуется сделать анализы. На 10 дней из питания нужно исключить: молоко и молочные продукты, яйца, курицу, рыбу, бульоны, морковь, помидоры, свеклу, болгарский перец, тыкву, все оранжевые и красные фрукты. Ребенку можно употреблять крупы на воде с растительным маслом, зеленые и светло-желтые овощи в отварном или тушеном виде, мясо кролика, индейку, нежирную свинину, подсушенный хлеб, простые сухари, печенье крекер. Иммунологическое обследование включает анализы крови на аллергенспецифические антитела IgE и IgG к аллергенам пищевым, пыльцевым, грибковым, исследование других групп аллергенов проводится по показаниям после консультации аллерголога. Будьте здоровы.

**Телефон горячей линии
8-800-200-88-80
(все звонки по России
бесплатные)**

Фото: К. Емельянова (2)