



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



حساسية الطعام

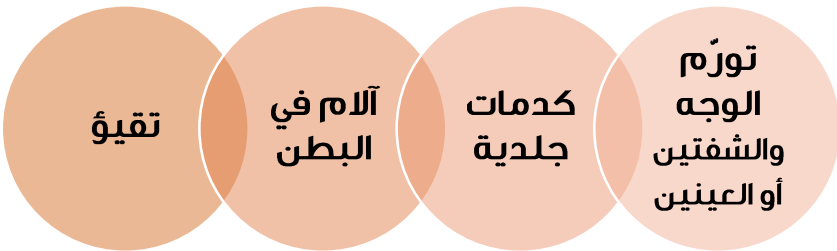
Food Allergy

ماهي الحساسية ؟

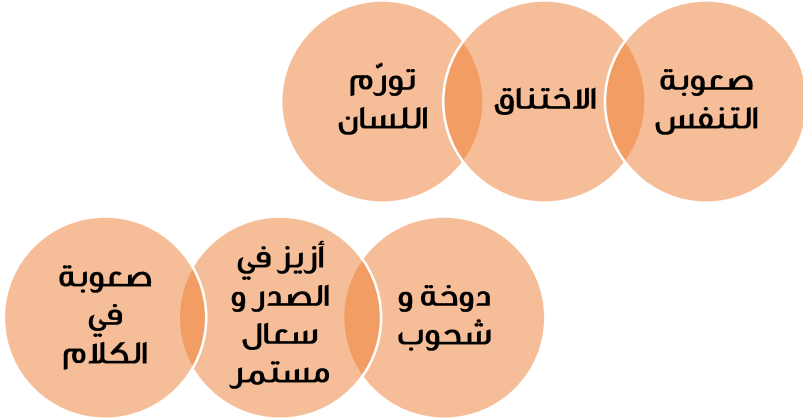
الحساسية هي ردة فعل من الجهاز المناعي ضد مواد غير ضارة في البيئة، مثل (الطعام، الغبار، حبوب اللقاح، وبر الحيوانات) حيث يؤدي إلى إنتاج أجسام مضادة وهي عبارة عن بروتينات ينتجها جهاز المناعة تحدد المؤثرات الخارجية وتتفاعل معها.

أعراض حساسية الطعام:

أولاً: الأعراض الخفيفة إلى المتوسطة



ثانياً: الحساسية الشديدة المفرطة



حساسية الطعام قد تكون خطيرة أحياناً:

🍌 حساسية الطعام المتوسطة و المفرطة شائعة في

المملكة العربية السعودية، على الرغم من أن

مضاعفات حساسية الطعام قد تكون أحياناً خطيرة و قد

تؤدي – لا سمح الله – إلى الوفاة ! لكن يمكن الوقاية في

معظم الحالات وذلك عن طريق تجنب التعرض للمادة

المسببة للحساسية وحقن مادة الأدرينالين.

🍌 أكثر الأطعمة شيوعاً في تسبب الحساسية المفرطة

التي تهدد الحياة بالخطر:

(الفول السوداني - المكسرات - المحار - الحليب -
البيض - السمك وغيرها من الأطعمة)

متى تنشأ حساسية الطعام؟

يمكن أن تظهر في أي عمر لكنها أكثر شيوعاً عند الأطفال
دون سن الخامسة.

كيف يمكن تشخيص حساسية الطعام؟

- يتم التشخيص عن طريق :

✓ التاريخ المرضي الدقيق

✓ الفحص السريري

✓ اختبار وخز الجلد

✓ اختبار حساسية الدم

هل حساسية الطعام اضطراب موروث؟

🍌 حساسية الطعام ليست اضطراب موروث، أباء وأمهات

الأطفال المصابون بحساسية الطعام عادة يكونون

سليمين، لكن عند إصابة طفل بحساسية الطعام يزيد

من فرصة احتمالية إصابة الإخوة والأخوات بحساسية
الطعام بنسبة ضئيلة.

🍌 في حال وجود طفل مصاب يتوجب على الوالدين القيام

بعمل فحص حساسية الطعام للأطفال الآخرين.

🍌 إذا كانت نتيجة الاختبار (سلبية): تكون مطمئنة ، ولكن

لا يعني أن الطفل لن يصاب بالحساسية مستقبلاً.

🍌 إذا كانت النتيجة (إيجابية): في هذه الحالة قد يتطلب

عمل (اختبار تحدي الأطعمة) تحت إشراف طبي دقيق

لتأكيد الحساسية.

اختبار حساسية الجلد وحساسية الطعام:

من المهم معرفة أن اختبار حساسية الجلد واختبار

حساسية الدم الإيجابي يعني أن نظام مناعة الجسم أنتج

أجسام مضادة للغذاء، وفي بعض الأحيان قد تظهر النتائج

إيجابية كاذبة، عند ظهور نتائج الاختبار إيجابية بدون أعراض

بإمكان الطفل أن يستمر على الغذاء بدون أي مشاكل.

أشهر الأطعمة المسببة للحساسية:

حليب الأبقار - فول الصويا - القمح - البيض - الفول
السوداني - المكسرات - السمسم - المأكولات البحرية،
تشكل 75 % من الأطعمة المسببة للحساسية.



خطة التعامل مع حساسية الطعام

كثير من الأشخاص الذين يعانون من حساسية الطعام يتعرضون بالصدفة للأطعمة الحساسة حتى عندما يكونون حذرين لتجنبها، صعوبة تجنب حساسية الطعام تجعل من الضروري أن يكون هناك خطة واضحة ودقيقة للتعامل مع الحساسية المفرطة.

كيفية التعايش مع حساسية الطعام

لا يوجد حالياً أي علاج لحساسية الطعام غير التجنب التام للأطعمة التي تنتج منه حساسية. من المهم جداً للأطفال الذين يعانون من حساسية الطعام الالتزام بما يلي:

يمكن التحكم بحساسية الطعام بشكل فعال عن طريق:

اتباع توجيهات الطبيب المعالج + تجنب الأطعمة المسببة للحساسية

حمل حقن الأدرينالين عند وصفها من الطبيب المعالج .

الالتزام بالخطة العلاجية للتعامل مع الحساسية

المفرطة في جميع الأوقات.

معرفة أعراض الحساسية المتوسطة و المفرطة.

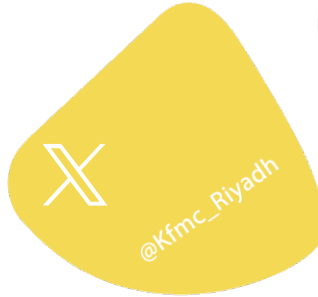
قراءة و فهم الملصقات الغذائية ومحتويات الأطعمة

جيداً.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم الحساسية والمناعة لدى الأطفال



HEM2.17.000549

