

**Tytuł:** Ryzyko niedoborów żywieniowych w alergii na pokarm / Risk of malnutrition in food allergy

**Słowa kluczowe:** DIETA ELIMINACYJNA DZIECI ALERGIA NA POKARM NIEDOBORY POKARMOWE NIEDOŻYWIENIE WZROST

**Keywords:** CHILDREN NUTRITIONAL DEFICIENCIES MALNUTRITION GROWTH FOOD ALLERGY ELIMINATION DIET

**Autorzy:**

Andrea Horvath

**Streszczenie:**

Częstość występowania alergii na pokarm wciąż rośnie. Do pokarmów wywołujących objawy alergii należą m.in.: mleko, jaja, pszenica, orzeszki ziemne, orzechy, soja, ryby i skorupiaki. Obecnie standardem leczenia chorych z alergią na pokarm jest ścisłe unikanie produktów wywołujących objawy kliniczne. Jednak ograniczenia dietetyczne w alergii na pokarm mogą mieć niepożądane konsekwencje. Kompleksowa ocena żywienia z odpowiednimi interwencjami żywieniowymi jest niezbędna u wszystkich dzieci z alergią na pokarm w celu zaspokojenia ich potrzeb odżywczych i optymalizacji procesów wzrastania.

**Abstract:**

The prevalence of food allergies is increasing. The most common food allergens include milk, egg, wheat, peanuts, tree nuts, soy, fish, and shellfish. Currently, strict avoidance is standard of care. However, dietary elimination in food allergy may also have undesirable consequences. A comprehensive nutrition assessment with appropriate intervention is warranted in all children with food allergies to meet nutrient needs and optimize growth.