

Қожа Ахмет Яссауи атындағы халықаралық қазақ- түрік университеті.  
Шымкент медицина институты  
Дипломға дейінгі оқыту бөлімі

# СӨЖ

Тақырыбы: Тағамдық аллергия мен тағаммен улану кезіндегі  
емдік тамақтану.



Қабылдаған: Адырбекова Г.С.  
Орындаған : Қалдыбай А.Б

Шымкент-2016

# Жоспар

- I. Кіріспе
- II. Негізгі бөлім
  - Тағамдық аллергияға
  - Тағамдық аллергия кезінде емдік тамактану.
  - Тамақпен улану жайлы тусінік.
  - Тамақпен улану кезінде клиникалық белгілер.
  - Тамақпен улану кезіндегі ем.
- III. Қорытынды
- IV. Пайдаланылған әдебиеттер

# Тағамдық аллергия

- Тағамдық аллергия дегеніміз белгілі бір азық-түлік немесе ингредиенттер үшін организмнің сезімталдығы



- Тағам аллергиясы жержүзінде өте жиі кездеседі. Көбінесе оны нутритивті аллергия деп атайды. Тағам аллергиясымен жасанды тамақтанатын балалар жиі ауырады. Тағам көтере алмаудың тек 25%-ы ғана иммунологиялық механизммен байланысты. Тағам аллергиясы барлық аллергиялық аурулардың 5-30%-ы арасында. Балалардың аллергиялық ауруларының 47%-ы тағам аллергиясына келеді. Тыныс алу жолдарының аллергиялық ауруларының 20%-ы тағам аллергиясына байланысты.

- Асқорыту жолының әртүрлі өзгерістері (анатомиялық, физиологиялық, иммунологиялық) тағамды қорытуды, оның сіңуін бұзады. Тамақтануда белоктың көп болуы, тамақ өндірісінде консерванттарды, бояуларды қолдану, улы химикаттардың айналамызда көбейіп, азық-түлікке түсуі, гельминтоздар тағам аллергиясын дамытатын факторлар болады. Балаларда аллергиялық аурулардың көбеюі ішек-бауыр кедергісінің тағам аллергендерінің өтуіне ашық болуына байланысты.



- Үлкендерде тағам аллергиясы іштің созылмалы аурулары сияқты көрініспен жүреді. Тағам аллергендері: жануарлар мен өсімдіктердің белоктары (сүт, ет, балық, дәнді дақылдар). Кейде аллергия беретіндер-цитрусты жемістер (жаңғақ, бал, какао, шоколад).



# Тағамдық аллергия кезінде ұсынылатын өнімдер:

- Ұнтақты күріш ботқасы, айран, жидексіз йогурт, буда немесе қайнатылған қой, құс еттерінен жасалған сорпалар, орамжапырақ, асқабақ, көкөністер, көк алма, алмұрт, алхоры, қызыл смородина, екінші сортты ұннан жасалған нан, жугері таяқшалары ұсынылады. Осы диеталар 7-10 күнге тағайындалады.

# Шектелетін тағамдар:

- Жоғары сортта ұннан жасалған нан, тұздалған, қуырылған тағамдар, шұжық, балық, майонез, кетчуп, дәмдеуіштер, жұмыртқа, қаймақ, сүзбе, сүт, жеміс жидекті йогурт, майсыз қой, тауық еті, сәбіз, қызылша, пияз, чеснок, шие, қарақат, банан, құлпынай, жүзім, шабдалы, малина, анар, ананас, кофе, какао, жеміс жидекті газдалған сусындар, бал, торт, тәтті кекстерді шектейміз.



# Основные пищевые аллергены



арахис  
коровяк



# Тамақтан улану

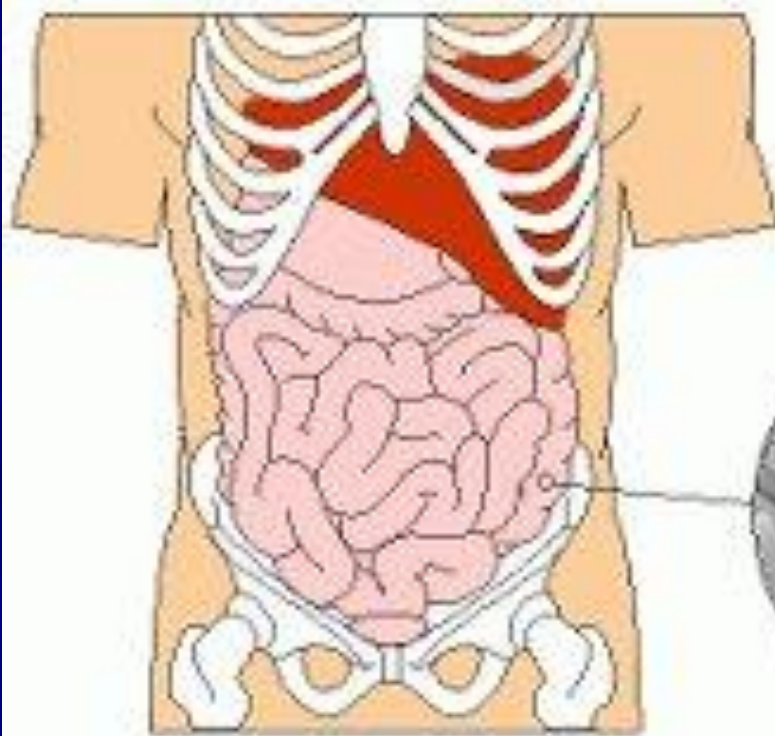
- Тамақтан улану дегеніміз – микробтармен және оның токсиндерімен, яғни уларымен ластанған азық-түлікті пайдалану салдарынан жедел пайда болатын, адамнан адамға жұқпайтын аурушаңдық.

Тағамнан уланудың жалпы белгілері:

- аурудың тез арада жедел түрде басталуы;
- бір мезгілде біраз адамның ауыруы;
- аурушаңдық тез басталып, тез жазылуы;
- аурудың белгілі бір тағаммен байланыстылығы;
- сезікті тағамды тоқтатқан соң аурудың тоқтауы;
- басқа жұқпалы аурулардан ерекшелігі, ауру адамнан сау адамға жұқпайды.

- Бактериялар мен микробтар ылғалды, жылы және қоректік ортада тез өрбиді, өсіп-өнеді. Тамақтан улану жағдайы – тағамның дайындалуы, сақталуы барысында бактериялармен, бактериалды улармен, вирустармен немесе өз табиғатындағы улы заттармен ластанған тағамдарды қолданғанда болады. Тамақтан уланудың негізгі себептері – бұл жеке бас гигиенасының, санитарлық-гигиеналық талаптардың және тамақтарды дайындау барысында технологиялық процестердің сақталмауы, сақтау мерзімдерінің бұзылуынан болады.





# Тамақпен улануға тексеру жүргізу 5 этаптан тұрады.

- I этап. Тамақпен уланудың диагнозын растау және оның белгілерін айқындау керек.  
II этап. Тамақпен уланудың себебін анықтау керек.  
III этап. Азықтардың патогенді және улы қасиеті пайда болу механизмінің мағынасын ашу.  
IV этап. Тамақпен уланудың жою шараларын істеп шығару.  
V этап. Тексеру актіні құрастыру. .



# Тамақтан уланудың белгілері

- Ауру жалпы әлсіздіктен, лоқсу мен құсудан, іштің жайылма ауруынан және дене қызуының 38-39 дейін көтерілуінен шұғыл басталады, сонан соң іш өтеді. Науқастар шөлдейді, тілді сұр қабат тұтады және ол құрғайды. Асқазан-ішек жолы бөлшектерінің қайсысының көбірек зақымдануына байланысты тағаммен улану инфекциялары жедел гастрит, гастроэнтерит немесе гастроэнтероколит түрінде өтуі мүмкін.

- Аурудың ұзақтығы әдетте 2-3 күн. Кейде интоксикация басым болса ауру жедел гастроэнтерит түрінде өтуі мүмкін: нәжіс сулы, көп мөлшерде, жиі, нақты тахикардия, қан қысымының төмендеуі, алқыну, терінің және шырышты қабаттың көгеруі пайда болады, организмнің сусыздануы (бет-әлпеттің сүйірленуі, тері тығыздылығының бәсеңдеуі, тамақтың қарлығыуы, зәр бөлінуінің азаюы немесе тоқтауы), кейде қол және аяқ бұлшықеттері ауырып, сіңірлерінің сіреспелі тартылуы байқалады.

# Асқыну

- - ағзаның құрғауы (тіл мен еріннің кебуі, теріні қатпарлап жиналып, жібергенде ақырын тегістелуі, көздің шүңіреюі, шөлдеу, жиіленген дем алыс және несеп шығарудың әлсіздігі,
  - ботулизм кезінде тыныс алатын жолдардың салдануы,
  - өте сирек жағдайларда ботулизм кесірінен адам өліп кетуі мүмкін.



**Dairy Allergy**



**Peanut Allergy**



**Egg Allergy**



**Soy Allergy**



**Wheat Allergy**



**Corn Allergy**



*Allergy 365*



- **Емдеу принциптері.** Асқазан-ішек жолдарын токсиндерден тазарту (асқазанды шаю, сифонды клизма, абсорбенттер ішкізу), су тұз алмасу бұзылысын қалыптастыру.
- Алдын алу шаралары. Эпидемия отбасына және қоғамдық тамақтану орындарына байланысты болғандықтан үйде де, қоғамдық тамақтану орындарында да тағамды тасымалдау, сақтау, өңдеу санитарлық және технологиялық ережелерге сай болуы қажет. Әсіресе жаз, күз айларында дайын тағам өнімдерін, жартылай дайын тағам өнімдерін, сусындарды сақтау мен тасымалдау, термикалық өңдеу қатаң бақылауға алынуы тиіс. Балалар мен ересектердің жазғы демалыс орындарында тағам мен сусынның санитарлық талапқа сай өңделуі мен сақталуын қадағалау өте маңызды. Отбасылық індет бұрқ ете қалуының алдын алу үшін, тұрғындар арасында санитарлық ағарту жұмысын жүргізу, тағамның жеткілікті термикалық өңделуінің, сақталу жағдайы мен мерзімінің назарда ұсталуының керектігін, тағам өнімдерін сатушыларға талаппен қарау керектігін жеткізу қажет.



- Асқазанды жуу үшін науқасқа ас содасы қосылған 2-3 стақан су ішу қажет (1 л. суға 1 ас қасық сода) немесе калий перманганатының әлсіз ерітіндісін («марганцовка») беру керек. Осы процедураны ас және шырыш қосылмаған таза су аққанша 10-12 рет қайталайды. Асқазанды жуып, ішектерді тазалағаннан кейін су және тұз тапшылығын болдырмау мақсатында суытылған тұзды су беріледі (1 стақан суға 2 ас қасық). Саңырауқұлақпен уланғанда алкоголь өнімдерін пайдалануға болмайды, себебі олар саңырауқұлақ уының тез сіңуіне басты себеп.

# Дәрігерге қаралу қажет, егер:

- - ауру белгілері үш немесе одан да көп күн бойы сақталса,
  - жағдайыңыз әлсіреп бара жатқанын сезсеңіз,
  - егер әлі де ішіңіз түйіліп ауырса.



# Ас мәзірі

- *Таңғы ас* : суға пісірілген жарма мен қарақұмық ботқасы ; 200 гр компот .
- *2 Таңғы ас* : пісірілген алма
- *Түскі ас*: қайнатылған көкөністерден жасалған( негізінен картоп және сәбіз ) тауық сорпасы ; бұзау немесе тауық етінен жасалған котлеттер буда пісірілген күйінде .
- *Сәске*: сүт және крекер .
- *Кешкі ас*: омлет буға пісірілген; жеміс желесі,
- Көкөністерден жасалған салаттар

# ҚОРЫТЫНДЫ

- Тағамдық аллергия көбіне көкөніс пен балықта, мал өнімдерінде кездеседі. Сондықтан тамақтанар алдында тағамды тазалап, баппен жеген жөн. Аз немесе шамадан тыс тамақтану асқазан секрециясын бұзады және гастрит, гиперсекреция ауруларын тудырып, тағамдық аллергияның қалыптасуына жол ашады.
- Тамақтан улану адамның бактерия, вирус, ұсақ жәндіктер немесе өсімдіктер (мысалы, планктон), саңырауқұлақтар, паразиттер немесе токсиндермен зарарланған тағамдарды тұтынғаннан болады.



- **Назар аударғандарыңызға  
үлкееееееееееееееееееен  
РАХМЕТ!!!**