

RATGEBER & *Symptomtagebuch*

FÜR ELTERN VON KINDERN MIT KUHMITLCHALLERGIE

Zur Unterstützung der Diagnose und Behandlung



Inhalt

	Seite
Was ist eine Kuhmilchallergie (KMA)	4-5
Symptome	6-7
Diagnose	8-9
Ernährungstherapien	10-11
Unsere Produktfamilie	12-13
Wie geht es weiter?	14-15
Häufig gestellte Fragen	16-17
Unser Service	18

Symptomtagebuch – bitte Broschüre einfach wenden



Klimaneutral
Druckprodukt

ClimatePartner.com/15668-2102-1001





Liebe Eltern!

Bei Ihrem Kind besteht der Verdacht einer Kuhmilchallergie und das wirft vermutlich viele Fragen auf. Wir von Nestlé Health Science möchten mit der vorliegenden Broschüre Ihre Ärztin/Ihren Arzt bei der Diagnose unterstützen und Ihrer Familie mit wertvollem Rat zur Seite stehen.

Um eine Kuhmilchallergie festzustellen, hat Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt das Diagnostik-Set mit unseren Spezialnahrungen Althéra® oder Alfamino® mitgegeben. Viele wichtige Informationen rund um dieses Thema finden Sie in dieser Broschüre.

Sie werden sehen: Die Symptome, die Ihr Kind aktuell zeigt, können nach der richtigen Diagnose gut behandelt werden. Genau dafür ist das Symptomtagebuch in dieser Broschüre gedacht, in das Sie die Entwicklung der wichtigsten Beschwerden Ihres Kindes für die Auswertung durch Ihre Ärztin/Ihren Arzt eintragen können.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie von Herzen alles Gute!

Ihr Nestlé Health Science Team

Was ist eine

KUHMILCHALLERGIE ?

Die häufigste Nahrungsmittelallergie im Säuglings- und Kleinkindalter ist die Kuhmilchallergie (KMA).

Bis zu drei Prozent der Säuglinge sind im ersten Lebensjahr von einer KMA betroffen. Glücklicherweise verschwindet sie bei gut der Hälfte der erkrankten Kinder Ende des ersten Lebensjahres und bei zwei Dritteln im Alter von zwei Jahren. Dennoch ist die Anfangsphase für viele Eltern eine schwierige und sorgenvolle Zeit.

Kinder, deren Eltern unter Allergien leiden, tragen ein höheres Risiko.

Eine KMA tritt auf, wenn das Immunsystem des Babys überschießend auf das Eiweiß in der Kuhmilch reagiert. Beim Stillen kann diese Reaktion dann auftreten, wenn die Mutter über die normale Ernährung Kuhmilcheiweiß verzehrt, und dies über die Muttermilch weitergegeben wird. Bei Säuglingsmilchnahrung ist es das Eiweiß im Milchpulver.

In beiden Fällen bewertet das körpereigene Immunsystem das Eiweiß als fremdartig. Um sich selbst zu schützen, setzt der Körper des Babys natürliche Substanzen wie z.B. Histamin frei, die eine allergische Reaktion hervorrufen. Diese Symptome können wenige Minuten nach der Einnahme von Kuhmilch auftreten oder aber erst nach mehreren Stunden oder Tagen.





GUT ZU WISSEN:



KMA und Lactoseintoleranz sind NICHT dasselbe!

Auch wenn einige Symptome ähnlich sind, versteht man unter einer Lactoseintoleranz die eingeschränkte oder fehlende Fähigkeit, den „Zucker“ Lactose, der sowohl in Muttermilch als auch in Kuhmilch vorkommt, zu verdauen. Eine Kuhmilchallergie ist hingegen eine Immunreaktion. Das allergieauslösende Eiweiß stammt aus der Kuhmilch und kann über die Ernährung der Mutter auch in der Muttermilch enthalten sein. Darüber hinaus ist eine Lactoseintoleranz sehr selten bei Kindern unter 3 Jahren, auch, wenn diese Kinder unter KMA leiden.

Symptome einer Kuhmilchallergie:

AUF DIESE ANZEICHEN SOLLTEN SIE ACHTEN

Als Eltern wissen Sie, ob Ihr Baby unglücklich ist oder unter Schmerzen leidet. Dennoch kann es sehr schwierig sein, die Ursache für dieses Unwohlsein herauszufinden, da die Symptome, die bei einer Kuhmilchallergie auftreten können, vielfältig sind. Darüber hinaus gestaltet sich jeder einzelne Fall einer Kuhmilchallergie unterschiedlich. Es ist daher hilfreich, auf alle möglichen Symptome zu achten:

Die Anzeichen und Symptome einer Kuhmilchallergie untergliedern sich in folgende 4 Hauptkategorien*:

ALLGEMEINE SYMPTOME

- Untröstliches Schreien**
- Müdigkeit
- Abgeschlagenheit
- Unruhe
- Ängstlichkeit
- Schlafstörungen
- Anaphylaxie / Akute allergische Sofortreaktion (in schweren Fällen; eine akute Reaktion, die Schwellungen und juckenden Ausschlag verursacht)



* Adaptiert von den European Society of Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) Guidelines 2012.

** Säuglingskoliken werden assoziiert mit starkem, übermäßigem Weinen, welches über regelmäßige Zeiträume während des Tages dauerhaft in den ersten Lebensmonaten auftritt.

MAGEN-DARM-TRAKT

- Erbrechen
- Häufiges Aufstoßen (Reflux)
- Sodbrennen
- Nahrungsverweigerung
- Koliken (in Zusammenhang mit untröstlichem Weinen**)
- Durchfall (blutig oder unblutig)
- Verstopfung
- Schluckstörungen (Dysphagie)
- Bauchschmerzen



ATEMWEGE

- Pfeifende oder schwere Atmung
- Laufende Nase
- Chronischer Husten (anhaltend)



HAUT

- Nesselsucht, Hautausschlag mit rötlicher Blasenbildung (Urtikaria)
- Anschwellen der Lippen oder Augenlider (Angioödem)
- Ekzem (trocken, schuppig oder juckend mit Hautrötungen)



Die Diagnose einer Kuhmilchallergie sollte von einer Ärztin/einem Arzt vorgenommen werden.

Diagnose - wie wird eine

KUHMILCHALLERGIE FESTGESTELLT?

Abgesicherte Diagnose für optimale Behandlung.

Damit Ihr Kind optimal behandelt werden kann, muss die Diagnose abgesichert sein.

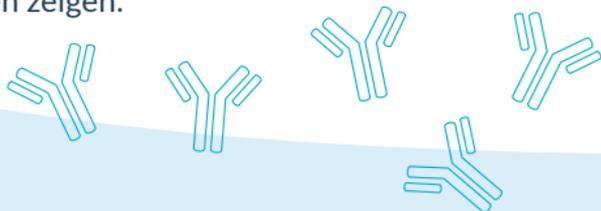
ANAMNESE

Um eine KMA zu diagnostizieren, stellt Ihre Ärztin/Ihr Arzt zunächst ausführliche Fragen zur Krankheitsgeschichte, zum Beispiel:

- Wann sind die Beschwerden aufgetreten?
- Leidet Ihr Kind an Durchfall, Atemnot, Hautrötungen oder Übelkeit?
- Stillen Sie Ihr Kind?
- Füttern Sie Säuglingsnahrung zu?
- Sind in Ihrer Familie Allergien bekannt?

ALLERGIE TEST UND ANTIKÖRPERBESTIMMUNG

Je nach Sachlage wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt einen Haut- und/oder Bluttest durchführen, um zu prüfen, ob eine Sensibilisierung gegen Nahrungsmittel vorliegt. Diese Tests reichen als zuverlässige Entscheidungsgrundlage aber noch nicht aus, da nur knapp die Hälfte der Kinder mit KMA dabei Auffälligkeiten zeigen.





ELIMINATIONSDIÄT

Zur Absicherung der Diagnose wird meist eine Eliminations- bzw. Ausschlussdiät empfohlen. Über einen Zeitraum von sieben Tagen bis zu vier Wochen wird das Kind konsequent milchfrei ernährt, um zu sehen, ob die Beschwerden nachlassen. Weil herkömmliche Säuglingsnahrungen auf Milcheiweiß basieren, hat Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt die kuhmilchfreie Spezialnahrung Alhéra bzw. Alfamino empfohlen.

Im zweiten Teil dieser Broschüre haben wir ein praktisches Symptomtagebuch für Sie vorbereitet.

Es soll Sie und Ihre Ärztin/Ihren Arzt bei der Diagnose und bei der Behandlung Ihres Kindes unterstützen.



PROVOKATIONSTEST

Auch ein sog. Provokationstest kann die Diagnose der KMA absichern. Dem Kind wird dabei unter ärztlicher Aufsicht Kuhmilch oder Säuglingsmilch verabreicht, um zu prüfen, ob Beschwerden auftreten und ob wirklich die Milch der Auslöser ist.



Ernährungstherapien

BEI KUHMITCHALLERGIE

Die gute Nachricht ist, dass eine KMA gut zu behandeln ist, nachdem sie diagnostiziert wurde. Entscheidend ist, so früh wie möglich eine professionelle Diagnose zu bekommen. Nur so kann Ihrem Kind frühzeitig die richtige Behandlung empfohlen werden und Sie können sicher sein, dass Ihr Kind die Nährstoffe erhält, die es benötigt, um gesund zu bleiben.

Zur Behandlung einer KMA können Sie mit der Ärztin/dem Arzt mehrere Alternativen besprechen:

Stillen

Auch wenn bei Ihrem Baby eine KMA vorliegt, ist es möglich, weiter zu stillen. Allerdings ist dann jegliche Zufuhr von Kuhmilcheiweiß, auch jegliche versteckte Quelle, zu vermeiden. Denn das Kuhmilcheiweiß wird über die Muttermilch an das Baby weitergegeben. Hierzu empfiehlt sich eine ausführliche Ernährungsberatung. Lassen Sie sich auch beraten, wie Sie die in der Kuhmilch enthaltenen Nährstoffe wie Calcium und Eiweiß ersetzen können.



Einsatz von Spezialnahrungen

Wenn Sie Ihr Kind nicht mehr stillen oder auf ärztlichen Rat hin das Stillen einstellen, wird Ihre behandelnde Ärztin/Ihr behandelnder Arzt dem Baby eine Spezialnah-



ES IST WICHTIG, sich vor einer Umstellung auf eine Spezialnahrung von einer Ärztin/einem Arzt beraten zu lassen.

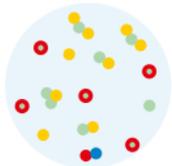
rung – ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät), – empfehlen. Die Zusammensetzung dieser Nahrungen wurden speziell entwickelt, um Ihrem Baby alle Nährstoffe zu geben, die es für sein Wachstum benötigt.

Es gibt zwei Arten von speziellen, hypoallergenen Spezialnahrungen, die bei einer KMA bei Säuglingen geeignet sind:

Standardsäuglingsnahrung mit Kuhmilcheiweiß

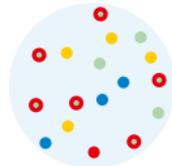


Extensiv hydrolysierte Spezialnahrung (eHF)¹:



Das in eHF-Nahrung enthaltene Kuhmilcheiweiß wird durch extensive Hydrolyse in kleine Partikel aufgespalten, die eine geringere Allergenität als ganze Kuhmilchproteine aufweisen. Diese Nahrung ist effektiv bei den meisten Säuglingen und Kleinkindern und wird gut vertragen.

Aminosäure-basierte Spezialnahrung (AAF)²:



Eine AAF-Nahrung enthält freie Aminosäuren, also Eiweißbausteine. Nonallergene Aminosäuren werden bei einer schweren Kuhmilchallergie empfohlen oder wenn sich die Symptome nach einer Therapie mit einer eHF-Nahrung nicht verbessern.

Unsere Produktfamilie:

INSPIRIERT VON MUTTERMILCH, DEM GOLDSTANDARD IN DER SÄUGLINGSERNÄHRUNG.

Säuglinge mit KMA haben ein unreifes Immunsystem. Das erhöht ihr Risiko für Infektionen. Muttermilch ist für sie – wie für alle Babys – der Goldstandard, denn sie enthält viele Komponenten, die die Entwicklung des Immunsystems unterstützen.

Dazu zählen u.a. Lactose und Humane Milch-Oligosaccharide* (HMO), die nachweislich:

- das Wachstum guter Bakterien im Darm fördern, 
- Pathogene im Darm reduzieren, 
- die Darmbarriere stärken und 
- die Reifung des Immunsystems unterstützen. 



Was sind HMO?

- HMO sind der dritthäufigste feste Bestandteil in Muttermilch.¹
- 10% der Energie der Muttermilchsynthese werden von der Mutter für den Aufbau der HMO verwendet.¹
- 2'FL und LNnT sind zwei der häufigsten HMO in Muttermilch.¹
- 2'FL macht rund 30% der gesamten HMO bei ca. 80% aller Frauen aus.¹⁻²

*Die in Althéra®, Alfamino® und Alfamino® Junior enthaltenen strukturidentischen Humanen Milch-Oligosaccharide (2'FL und LNnT) sind nicht aus Muttermilch gewonnen.

Althéra.
HMO.

extensiv hydrolysierte Spezialnahrung – KMA

- Schnelle und effektive Symptomlinderung dank des höchsten Hydrolysegrads aller extensiven Hydrolysatformula
- Mit HMO*
- Mit höchstem Lactosegehalt unter allen eHFs für einen angenehmen Geschmack
- Halal



✓ Verordnungs- und erstattungsfähig**



Alfamino.
HMO.

Alfamino.
Junior HMO.

100% kuhmilchfrei bei schwerer KMA – auf Basis von Aminosäuren bei schwerer KMA und/oder multiplen Nahrungsmittelallergien

- Sichere und effektive Symptomlinderung dank 100% non-allergener Aminosäuren
- Mit HMO*
- Geschmackssieger unter den Aminosäurenformula – von Eltern und Ärztinnen/Ärzten bestätigt!
- Halal

**Gemäß der Neufassung der Arzneimittelrichtlinie (AM-RL) vom 18.12.2008/22.01.2009 (Kapitel I).

Wie geht es weiter?

UNBESCHWERT AUFWACHSEN MIT KMA

Zwei bis vier Wochen nach Beginn der Therapie mit einer Spezialnahrung werden die Symptome bei Ihrem Baby abklingen. Stress und Sorgen werden dann bald von Ihnen abfallen und Sie können wieder jeden Moment Ihres Familienlebens genießen.



Einführung fester Nahrung

Im Alter von ungefähr 4–5 Monaten ist es bei gesunden Säuglingen Zeit, Beikost einzuführen. Bei Säuglingen mit KMA muss ab dem 7. Monat die Einführung von Beikost mit der Ärztin/dem Arzt abgesprochen werden. Die Einführung von Beikost ist eine aufregende Phase für die ganze Familie. Aber kein Grund zur Sorge, Sie können die Beikost ganz normal einführen – allerdings ohne Kuhmilch.

Wichtig ist, dass sie jedes neue Nahrungsmittel einzeln, langsam und schrittweise in den Ernährungsplan einführen. Dann wissen Sie im Falle einer allergischen Reaktion bei Ihrem Baby, was der Auslöser dafür sein kann. Konsultieren Sie in jedem Fall erst Ihre Ärztin/Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Füttern fester Nahrung beginnen.

Weitere Informationen zum Thema Beikost erhalten Sie auf unserer Webseite unter **www.kuhmilchallergie.info**



Informationen auf der Verpackung stets sorgfältig lesen.

Je mehr Ihr Kind zur Familienkost wechselt, umso größer ist die Herausforderung einer milchfreien Ernährung. Denn viele tägliche Nahrungsmittel wie z.B. Brot, Saft und Wurst enthalten Spuren von Milch. Beachten Sie beim Lebensmitteleinkauf das Zutatenverzeichnis. Allergene müssen dort extra hervorgehoben sein. Hinweise auf Milchbestandteile liefern auch Bezeichnungen wie Laktose, Kasein, Laktoglobulin, Laktalbumin und Molke. Bei Frischwaren sollten Sie genau nachfragen. Lassen Sie sich außerdem von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt oder einem Ernährungsexperten umfassend beraten.

Rückführung Kuhmilcheiweiß

In einer späteren Behandlungsphase wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt Sie ermutigen, Produkte mit Kuhmilcheiweiß zu füttern, um bei Ihrem Kind die Toleranz zu testen. Bitte nehmen Sie selbst keine Änderungen an der Ernährung Ihres Kindes ohne vorheriger Rücksprache mit der Ärztin/dem Arzt vor!



SÄUGLINGE UND KLEINKINDER können auch an multiplen Nahrungsmittelallergien leiden, also nicht nur an Kuhmilchallergie. Für eine richtige Diagnose und zur Empfehlung der geeigneten Spezialnahrung sprechen Sie bitte immer mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt.

Häufig

GESTELLTE FRAGEN

Warum enthält Althéra® Lactose?

Lactose (Milchzucker) ist das wichtigste Kohlenhydrat der Muttermilch und hat viele positive Eigenschaften für die Ernährung eines Säuglings. Die Lactose in Althéra® ist hoch gereinigt, daher frei von Kuhmilcheiweiß und verbessert den Geschmack. Nicht alle lactosehaltigen Produkte sind kuhmilch-eiweißfrei und sind daher zu meiden.

Wie schmecken Althéra®, Alfamino® und Alfamino® Junior?

Der sonst für stark gespaltene Eiweiße typische bittere Geschmack konnte bei Althéra® durch das spezielle Herstellungsverfahren gemildert werden. Auch Alfamino® hat einen angenehm neutralen Geschmack.

Warum sind Soja-Nahrungen für Säuglinge mit KMA nicht geeignet?

Sojaeiweiß kann ebenfalls Allergien auslösen. Etwa ein Drittel der Säuglinge mit KMA, die sojabasierte Nahrung bekommen, entwickeln eine Sojaeiweißallergie. Auch das Füttern anderer Milchsorten (z.B. von Ziege oder Schaf) wird nicht empfohlen.



Wie bereite ich **Althéra®**, **Alfamino®** und **Alfamino® Junior** richtig zu?

Fläschchen und Sauger mindestens 5 Minuten abkochen. Benötigte Wassermenge abkochen, auf ca. 37°C abkühlen lassen und ins Fläschchen geben. Pulver zufügen und durch kräftiges Schütteln des Fläschchens auflösen. Angaben zur Zubereitung und Dosierung befinden sich auf der Dose. Nur die verordnete Dosierung verwenden und alle Anwendungsempfehlungen strikt befolgen. Falsche Lagerung, Zubereitung oder Fütterung können die Gesundheit des Babys beeinträchtigen.

Können **Althéra®** und **Alfamino®** und **Alfamino® Junior** verordnet werden?

Ja, gemäß geltender Arzneimittelrichtlinie (Dezember 2008/ Januar 2009) sind Verordnung bzw. Erstattung durch gesetzliche Krankenkassen für Säuglinge und Kleinkinder mit KMA sowie bei mehrfachen (multiplen) Nahrungsmittelallergien.

Was ist der Unterschied zwischen **Alfamino®** und **Alfamino® Junior**?

Alfamino® ist unsere Spezialnahrung zur ausschließlichen Ernährung für Säuglinge von Geburt an. Alfamino® Junior ist zur ausschließlichen Ernährung für Kleinkinder ab einem Jahr geeignet.



Unser Service

WIR SIND FÜR IHRE FAMILIE DA

Wir verstehen, dass Sie in diesen Zeiten alle verfügbaren Informationen immer zur Hand haben möchten. Deshalb haben wir Ihnen eine Liste mit nützlichen Kontakten zusammengestellt, die Ihnen hilft, mehr über KMA zu erfahren.

UNSER KOSTENLOSES INFOTELEFON



Mo.–Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr
unter **0800 / 6647237**



www.kuhmilchallergie.info
www.babyservice.de



info@pediatric-healthcare.de

ALLE INFOS RUND UM KUHMITCHALLERGIE FÜR ELTERN:

Jetzt den Code mit dem
Smartphone scannen.



Wichtiger Hinweis:

Mütter sollen ermutigt werden ihr Baby zu stillen, auch wenn eine Kuhmilchallergie vorliegt. Dies erfordert eine qualifizierte Ernährungsberatung, um jegliche Quelle von Kuhmilchprotein in der Ernährung der Mutter auszuschließen.

Bei einer Entscheidung für eine Spezialnahrung ist die auf dem Etikett befindliche Gebrauchsanweisung zu beachten. Nicht abgekochtes Wasser, nicht sterilisierte Flasche, falsche Verdünnung, unsachgemäße Lagerung, Zubereitung und Nahrungsgabe können zu Erkrankungen des Kindes führen.

Althéra®, Alfamino® und Alfamino® Junior sind Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diäten), die unter ärztlicher Aufsicht angewendet werden müssen.

Nestlé Health Science (Deutschland) GmbH
Lyoner Straße 23, 60528 Frankfurt am Main





104986085 - Stand 06/2021



Hautausschlag / Hautsymptome					Magen-Darm			
Juckreiz am Tag	Juckreiz in der Nacht	Rötung	Ausdehnung	starkes Spucken/ Erbrechen	Blähungen	Stuhlkonsistenz <i>wässrig, weich, normal, hart</i>	Durchfall	
Tag 1 Datum								
Tag 2 Datum								
Tag 3 Datum								
Tag 4 Datum								
Tag 5 Datum								
Tag 6 Datum								
Tag 7 Datum								

Beschwerden			Atemwegs- probleme	Verhalten des Kindes		Besondere Ereignisse	Anmer- kungen
Verstop- fung	Häufigkeit des Stuhlgangs	Blut im Stuhl	z.B. chronischer Husten, pfeifende Atemung, laufende Nase	ruhig, gereizt, normal <i>bitte Zu- treffendes eintragen</i>	untröst- liches Schreien (ohne er- kennbaren Grund)	z.B. Erkrankungen, Fieber, Medikamente, Zahnen, Tierkontakt, andere Nahrungsmit- tel, Stresssituationen	

	leicht	mäßig	stark
Verbesserung	+	++	+++
Verschlechterung	-	--	---
keine Veränderung	0		



Hautausschlag / Hautsymptome					Magen-Darm			
Juckreiz am Tag	Juckreiz in der Nacht	Rötung	Ausdehnung	starkes Spucken/ Erbrechen	Blähungen	Stuhlkonsistenz <i>wässrig, weich, normal, hart</i>	Durchfall	
Tag 1 Datum								
Tag 2 Datum								
Tag 3 Datum								
Tag 4 Datum								
Tag 5 Datum								
Tag 6 Datum								
Tag 7 Datum								

3. Woche

Beschwerden			Atemwegs- probleme	Verhalten des Kindes		Besondere Ereignisse	Anmer- kungen
Verstop- fung	Häufigkeit des Stuhlgangs	Blut im Stuhl	z.B. chronischer Husten, pfeifende Atemung, laufende Nase	ruhig, gereizt, normal <i>bitte Zu- treffendes eintragen</i>	untröst- liches Schreien (ohne er- kennbaren Grund)	z.B. Erkrankungen, Fieber, Medikamente, Zahnen, Tierkontakt, andere Nahrungsmit- tel, Stresssituationen	

	leicht	mäßig	stark
Verbesserung	+	++	+++
Verschlechterung	-	--	---
keine Veränderung	0		



Hautausschlag / Hautsymptome					Magen-Darm			
Juckreiz am Tag	Juckreiz in der Nacht	Rötung	Ausdehnung	starkes Spucken/ Erbrechen	Blähungen	Stuhlkonsistenz <i>wässrig, weich, normal, hart</i>	Durchfall	
Tag 1 Datum								
Tag 2 Datum								
Tag 3 Datum								
Tag 4 Datum								
Tag 5 Datum								
Tag 6 Datum								
Tag 7 Datum								

Beschwerden			Atemwegs- probleme	Verhalten des Kindes		Besondere Ereignisse	Anmer- kungen
Verstop- fung	Häufigkeit des Stuhlgangs	Blut im Stuhl	z.B. chronischer Husten, pfeifende Atemung, laufende Nase	ruhig, gereizt, normal <i>bitte Zu- treffendes eintragen</i>	untröst- liches Schreien (ohne er- kennbaren Grund)	z.B. Erkrankungen, Fieber, Medikamente, Zahnen, Tierkontakt, andere Nahrungsmit- tel, Stresssituationen	

	leicht	mäßig	stark
Verbesserung	+	++	+++
Verschlechterung	-	--	---
keine Veränderung	0		



	Hautausschlag / Hautsymptome				Magen-Darm			
	Juckreiz am Tag	Juckreiz in der Nacht	Rötung	Ausdehnung	starkes Spucken/ Erbrechen	Blähungen	Stuhlkonsistenz <i>wässrig, weich, normal, hart</i>	Durchfall
Tag 1 Datum								
Tag 2 Datum								
Tag 3 Datum								
Tag 4 Datum								
Tag 5 Datum								
Tag 6 Datum								
Tag 7 Datum								

Beschwerden			Atemwegs- probleme	Verhalten des Kindes		Besondere Ereignisse	Anmer- kungen
Verstop- fung	Häufigkeit des Stuhlgangs	Blut im Stuhl	z.B. chronischer Husten, pfeifende Atemung, laufende Nase	ruhig, gereizt, normal <i>bitte Zu- treffendes eintragen</i>	untröst- liches Schreien (ohne er- kennbaren Grund)	z.B. Erkrankungen, Fieber, Medikamente, Zahnen, Tierkontakt, andere Nahrungsmit- tel, Stresssituationen	

	leicht	mäßig	stark
Verbesserung	+	++	+++
Verschlechterung	-	--	---
keine Veränderung	0		

Von der Ärztin/Vom Arzt AUSZUFÜLLEN

Name des Kindes:

Geburtsdatum: ____ . ____ . _____

Bitte führen Sie die diagnostische Eliminationsdiät bei
Ihrem Kind über _____ Tage durch.

Zur Information:

Die Dauer der Eliminationsdiät richtet sich nach dem
Beschwerdebild (klinische Symptomatik) Ihres Kindes:

- 3 – 5 Tage bei Sofortreaktionen
(innerhalb von 2 Stunden nach Aufnahme
des Allergens)
- 1 – 2 Wochen bei Spätreaktionen
(z. B. Ekzemverschlechterung nach 24 Stunden)
- Bei Bedarf auch länger (bis zu 4 Wochen)
(z. B. bei gastrointestinalen Symptomen wie
Durchfall, Erbrechen)



Beginn der Eliminationsdiät:

Ende der Eliminationsdiät:

Ärztin/Arzt

Datum: ____ . ____ . ____



Praxisstempel

Liebe ELTERN,

bei Ihrem Kind besteht der Verdacht auf eine Kuhmilchallergie oder eine andere Nahrungsmittelallergie.

Um diesem Verdacht nachzugehen, hat Ihnen Ihre Ärztin/ Ihr Arzt eine sogenannte diagnostische Eliminationsdiät mit Althéra® oder Alfamino® empfohlen.

Dabei wird Kuhmilch (oder ein anderes „verdächtiges“, potentiell allergenes Nahrungsmittel) vollständig aus der Nahrung Ihres Kindes entfernt („eliminiert“) und durch die Spezialnahrung Althéra® oder Alfamino® ersetzt.

Während dieser Zeit beobachten Sie bitte engmaschig die Entwicklung der wichtigsten Beschwerden (Symptome) Ihres Kindes und notieren diese in den Tabellen der folgenden Seiten.

Notieren Sie bitte jeden Tag jegliche Veränderungen der Beschwerden mit folgenden Zeichen:

	leicht	mäßig	stark
Verbesserung	+	++	+++
Verschlechterung	-	--	---
keine Veränderung	0		

Ratgeber – bitte Broschüre
einfach wenden





Bei Magen-Darm-Beschwerden (z.B. Spucken, Blähungen, Durchfall oder Blut im Stuhl), Atemwegsproblemen oder Hautreaktionen können Sie auch die Anzahl des Auftretens dieser Symptome täglich eintragen. In Zeilen oder Spalten, die für Ihr Kind nicht zutreffen, tragen Sie bitte nichts ein.

Bringen Sie dieses Symptomtagebuch bitte zum nächsten Arztbesuch mit! Ihre Ärztin/Ihr Arzt kann anhand Ihrer Eintragungen abschätzen, ob bei Ihrem Kind tatsächlich eine Kuhmilchallergie (oder eine andere Nahrungsmittelallergie) vorliegt oder nicht.

Je sorgfältiger Ihre Eintragungen sind, umso genauer ist das Bild, das sich Ihre Ärztin/Ihr Arzt von Ihrem Kind bzw. seinen Beschwerden machen kann.

Bitte verändern Sie die von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt empfohlene Nahrung auf keinen Fall eigenständig; dies könnte das Befinden Ihres Kindes verschlechtern. Jegliche Änderung der Nahrung muss immer mit der Ärztin/dem Arzt abgesprochen werden.

Wir wünschen Ihrem Kind gute Besserung!
IHR NESTLÉ HEALTH SCIENCE TEAM



SYMPTOMTAGEBUCH & *Ratgeber*

**FÜR ELTERN VON KINDERN
MIT KUHMLICHALLERGIE**

Zur Beobachtung und Dokumentation der Symptome

