



คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยแพ้อาหาร
(FOOD ALLERGY)

โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 9 แอร์พอร์ต
90/5 หมู่ 13 ต.ราชาเทวะ อ.บางพลี
จ.สมุทรปราการ 10540
โทร.02-7389900-9

DR 3003/31-00 Eft.Date : 2/11/2558



คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยแพ้อาหาร
(FOOD ALLERGY)

โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 9 แอร์พอร์ต
90/5 หมู่ 13 ต.ราชาเทวะ อ.บางพลี
จ.สมุทรปราการ 10540
โทร.02-7389900-9

DR 3003/31-00 Eft.Date : 2/11/2558

คำแนะนำผู้ป่วยแพ้อาหาร (FOOD ALLERGY)

1. ก่อนทานอาหาร และขนมทุกชนิดต้องอ่านฉลากอาหาร (LABEL) ถัดจาก
ก่อนทาน
2. จดอาหารตามกลุ่มแพ้ที่พบมากในเด็ก ได้แก่
 - ไข่ขาว (Albumin, lecithin)
 - ไข่แดง (Egg yolk)
 - ถั่วเหลือง (น้ำมัน, แป้งขนม)
 - ถั่วลิสง
 - ข้าวสาลี (ข้าวโอ๊ต, ข้าวบาร์เลย์, Gluten)
 - นม, ผลิตภัณฑ์ของนมทุกชนิดรวมถึง เค้ก, ลูกกี้ ที่มีส่วนผสมของนม (Whey, casein)
3. ผู้ใหญ่จดอาหารตามกลุ่มแพ้ที่พบมาก ได้แก่
 - อาหารทะเลเปลือกแข็ง (กุ้ง, ปู, ลอบสเตอร์)
 - ถั่วและผลิตภัณฑ์ที่ทำมาจากถั่วทุกชนิด เช่น ในแฮมพู โลชั่น
อีกทั้งในปัจจุบันได้รวมเอา COCONUT, GINKO NUT
(อ่านฉลากอาหารและเวชสำอางทุกชนิดก่อน)
 - ถั่วลิสง
 - ปลา
4. คนไข้ที่แพ้อาหารมักมีประวัติเป็นโรคภูมิแพ้อื่นๆ (ATOPIC DISOROER) เช่น
หัดแพ้ากาศ, หอบ, หืด ร่วมด้วยแต่คนที่ เป็นโรคภูมิแพ้อื่นๆ ดังกล่าวจะมี
โอกาสแพ้อาหารเพียง 10 % เท่านั้น
5. 70 % ของเด็กที่เคยแพ้ไข่ และ 85% ที่เคยแพ้เนยจะหายเมื่อมีอายุเกิน 5 ขวบ
แต่การแพ้ถั่วลิสงมักจะ ไม่หาย เด็กที่แพ้อาหารประมาณเกือบครึ่งจะเป็นหอบหืด
(ASTHMA) และหัดแพ้ากาศ (ALLERGIC RHINITIS) ตามมาได้

6. ในรายที่มีอาการหอบหืด และ/หรือ หัดแพ้ากาศร่วมด้วยการทดสอบภูมิแพ้ทาง
ผิวหนังและการฉีดวัคซีนจะได้ผลดี

ท่านมีนัดพบแพทย์.....
ในวันที่.....เวลา.....

ข้าพเจ้าได้รับทราบและเข้าใจคำแนะนำสำหรับผู้ป่วยแพ้อาหาร

วันที่.....เวลา.....น.

ชื่อ-สกุล คนไข้.....

เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล.....

(.....)

.....

(.....)

“ด้วยความปรารถนาดีจาก โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 9 แอร์พอร์ต”

DR 3003/31-00 Eft.Date : 2/11/2558

คำแนะนำผู้ป่วยแพ้อาหาร (FOOD ALLERGY)

2. ก่อนทานอาหาร และขนมทุกชนิดต้องอ่านฉลากอาหาร (LABEL) ถัดจาก
ก่อนทาน
2. จดอาหารตามกลุ่มแพ้ที่พบมากในเด็ก ได้แก่
 - ไข่ขาว (Albumin, lecithin)
 - ไข่แดง (Egg yolk)
 - ถั่วเหลือง (น้ำมัน, แป้งขนม)
 - ถั่วลิสง
 - ข้าวสาลี (ข้าวโอ๊ต, ข้าวบาร์เลย์, Gluten)
 - นม, ผลิตภัณฑ์ของนมทุกชนิดรวมถึง เค้ก, ลูกกี้ ที่มีส่วนผสมของนม (Whey, casein)
3. ผู้ใหญ่จดอาหารตามกลุ่มแพ้ที่พบมาก ได้แก่
 - อาหารทะเลเปลือกแข็ง (กุ้ง, ปู, ลอบสเตอร์)
 - ถั่วและผลิตภัณฑ์ที่ทำมาจากถั่วทุกชนิด เช่น ในแฮมพู โลชั่น
อีกทั้งในปัจจุบันได้รวมเอา COCONUT, GINKO NUT
(อ่านฉลากอาหารและเวชสำอางทุกชนิดก่อน)
 - ถั่วลิสง
 - ปลา
4. คนไข้ที่แพ้อาหารมักมีประวัติเป็นโรคภูมิแพ้อื่นๆ (ATOPIC DISOROER) เช่น
หัดแพ้ากาศ, หอบ, หืด ร่วมด้วยแต่คนที่ เป็นโรคภูมิแพ้อื่นๆ ดังกล่าวจะมี
โอกาสแพ้อาหารเพียง 10 % เท่านั้น
5. 70 % ของเด็กที่เคยแพ้ไข่ และ 85% ที่เคยแพ้เนยจะหายเมื่อมีอายุเกิน 5 ขวบ
แต่การแพ้ถั่วลิสงมักจะ ไม่หาย เด็กที่แพ้อาหารประมาณเกือบครึ่งจะเป็นหอบหืด
(ASTHMA) และหัดแพ้ากาศ (ALLERGIC RHINITIS) ตามมาได้

6. ในรายที่มีอาการหอบหืด และ/หรือ หัดแพ้ากาศร่วมด้วยการทดสอบภูมิแพ้ทาง
ผิวหนังและการฉีดวัคซีนจะได้ผลดี

ท่านมีนัดพบแพทย์.....
ในวันที่.....เวลา.....

ข้าพเจ้าได้รับทราบและเข้าใจคำแนะนำสำหรับผู้ป่วยแพ้อาหาร

วันที่.....เวลา.....น.

ชื่อ-สกุล คนไข้.....

เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล.....

(.....)

.....

(.....)

“ด้วยความปรารถนาดีจาก โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 9 แอร์พอร์ต”

DR 3003/31-00 Eft.Date : 2/11/2558