Pebbi

Allergen-Tagebuch

Australien und Neuseeland • 13 Allergene



Name des Babys _____ **Beginn** _____

Pro Mahlzeit ein Kästchen ankreuzen. Ja oder Nein einkreisen und mögliche Symptome notieren.

Allergen	Erstmals am	Wie oft gegeben?	Zuletzt am	Reaktion?
Milch		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Ei		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Erdnüsse		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Schalenfrüchte Jede Nussart einzeln eintragen				
Nussart _____		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Nussart _____		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Nussart _____		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Sesam		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Soja		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Fisch		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Weizen		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Glutenhaltiges Getreide Weizen, Gerste, Roggen, Hafer		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Krebstiere Garnelen, Krabben		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Weichtiere Muscheln, z. B. Miesmuscheln		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Lupinen		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein
Sulfite In manchen Trockenfrüchten		☐☐☐☐☐☐☐☐		Ja / Nein

Neue Lebensmittel einführen

- Wenn es Ihrem Baby gut geht, morgens nur ein neues Allergen in kleiner Menge anbieten.
- Ein paar Tage Abstand zwischen neuen Allergenen können helfen, mögliche Auslöser zu erkennen.
- Nüsse fein gemahlen oder als glattes, verdünntes Nussmus geben. Keine ganzen Nüsse anbieten.
- Ihr Baby 2 Stunden lang beobachten. Manche Reaktionen treten erst Stunden oder Tage später auf.
- Verträgliche Lebensmittel regelmäßig anbieten. Anderen Betreuungspersonen von Speisen und Symptomen berichten.

Anzeichen einer schweren Reaktion

Atemnot oder pfeifende Atmung, plötzlich geschwollene Lippen, Zunge oder Rachen. Das Baby kann sehr blass, schlaff oder schwer weckbar sein.

Bei einem dieser Anzeichen sofort den Notruf wählen. **Notrufnummer** _____

Mit Pebbi kostenlos erfassen und mit allen teilen, die Ihr Baby füttern

pebbi.co/de/allergene-baby-tracker

Allgemeine Informationen. Befolgen Sie den Rat Ihrer Ärztin, Ihres Arztes oder Ihres Allergieteams.