

ASSOCIAZIONE “ALLEGRIA”

INFORMAZIONI UTILI PER SOGGETTI ALLERGICI

Assicurazioni

I soggetti con rischio di reazioni anafilattiche dovrebbero sottoscrivere una assicurazione che preveda assistenza medica all'estero. In alcuni casi, e soprattutto se in viaggio in Paesi in via di sviluppo, è importante poter contare sull'intervento di medici di formazione occidentale. Portare sempre con sé "**Adrenalina iniettabile**" !

Precauzioni nei ristoranti

1. I soggetti a rischio di shock anafilattico dovrebbero frequentare solo locali conosciuti, in cui il personale (cuoco e camerieri) sia in grado di capire il vostro problema.
2. Evitare alimenti molto lavorati che non siano preparabili al momento e secondo le vostre esigenze

Precauzioni a casa

1. Evitare di consumare alimenti già pronti molto ricchi in ingredienti: per esempio piatti pronti da scaldare (minestre, pasta ripiena, etc.), da ricostituire (purea, condimenti, etc.) o surgelati (carni con contorni, lasagne, pasta ripiena e non, etc.).
2. Non utilizzare la stessa pentola in cui si sono cucinati alimenti non tollerati: usare possibilmente pentole e pentolini separati (ad esempio di colori diversi).
3. Fare attenzione anche nel lavaggio e evitate di contaminare un alimento usando posate sporche.
4. Fate attenzione agli alimenti portati da ospiti che non conoscono il vostro problema.

INDICAZIONI RIPORTATE IN ETICHETTA CHE POSSONO INDICARE LA PRESENZA DI PROTEINE DEL LATTE

Aroma artificiale di burro
Aroma di caramello
Aromi naturali
Burro
Cagliata
Caramello (colore)
Caseinati
Caseine
Concentrato di sieroproteine
Crema
Crema di latte in polvere
Derivati del latte
E150 (caramello)
Formaggio
Grasso di burro

Lattalbumina
Latte
Latte in polvere
Latte pastorizzato
Lattoglobulina
Lattosio (in alcuni casi)
Panna
Polvere di latte scremato
Proteine del latte
Siero
Siero delattosato
Siero demineralizzato
Sieroproteine
Yoghurt

ALIMENTI CHE POSSONO CONTENERE LATTE COME INGREDIENTE O CONTAMINAZIONE

Alcuni prodotti per l'infanzia (minestre, pappe, etc)	Latticini
Alimenti cotti nel burro	Lattosio (alcuni tipi)
Besciamella	Maionese
Biscotti	Meringhe
Budini	Muesli
Caffé o cappuccino istantanei	Muffins
Caglio	Pane (certi tipi)
Caramelle	Pastella
Carne in scatola	Pizza bianca e rossa
Cereali per colazione (certi tipi)	Polveri per bevande frizzanti
Cioccolato al latte	Preparati per zuppe
Cioccolato fondente (tracce)	Prosciutto cotto
Colorante o aroma di caramello	Pudding
Condimenti per insalata	Puree istantanee
Crema per dolci	Ragù
Crema vegetali	Ripieni
Dolci	Salsicce
Dolciumi	Sughi contenenti panna
Fette biscottate	Tisane (alcune)
Formaggi vari	Torte
Formaggio di soia	Wafer
Frappé	Wurstel
Gelati	Yoghurt
Gomme da masticare (alcune)	Zuppa in scatola
Hot-dogs	
Insaccati vari	

ALTRI PRODOTTI CHE POSSONO CONTENERE LATTE

Antibiotici (alcuni)

Antiinfiammatori (alcuni)

Dentifrici

Farmaci contenenti lattosio con tracce di proteine del latte

Prodotti per l'igiene del neonato (creme, pomate, polveri)

“Pitture al latte”

Per maggiori informazioni su altri allergeni, consultare la voce etichette nella sezione info utili