

ALLERGIE AU LAIT DE VACHE

Fiche DSASS

Toutes les formes de laitages peuvent être les causes des réactions allergiques d'un sujet sensible : **À ÉVITER SYSTÉMATIQUEMENT**

- Lait de vache,
- Produits laitiers,
- Desserts lactés,
- Beurre,
- Crème fraîche.

Cette allergie entraîne des réactions variables, diverses, isolées ou associées, en fonction de la gravité de sensibilité à l'allergène :

- Démangeaisons du voile du palais, du nez, des yeux,
- Rhinite, conjonctivite,
- Crise d'urticaire autour de la bouche, localisée à d'autres parties du corps, ou diffuse,
- Oppression respiratoire, asthme,
- Nausées, vomissements, coliques,
- Œdème de Quincke (gonflement du visage et du haut du tronc),
- Choc anaphylactique (perte de connaissance).

Éviction alimentaire :

Petit déjeuner

- **Produits laitiers animaux interdits (vache, chèvre, brebis...) :**
 - Lait, crème, beurre, margarine, Végétaline, yaourts, fromages blancs, tous fromages.
- **Tous les aliments pouvant contenir des produits laitiers sont interdits :**
 - Sauce blanche, desserts lactés, desserts glacés, crèmes glacées, chocolats, caramel.
- **Toutes les préparations contenant du soja sont interdites car il y a un risque d'allergie croisée avec l'allergie au lait de vache.**

Déjeuner et dîner

- Toutes les matières premières alimentaires fraîches ou surgelées (non cuisinées), peuvent être utilisées (fruits, légumes crus ou cuits, féculents - légumes secs, toutes les céréales crues ou précuites, viande, poisson...) **sauf les produits laitiers** (beurre, crème, laitages...),
- **Attention aux plats préparés !**