

مُسببات الحساسية الغذائية

ما هو مُسبب الحساسية الغذائي؟

مُسبب الحساسية الغذائي هو مادة موجودة في الطعام تُسبب رد فعل تحسُّسي مثل الطفح الجلدي، أو الحكة، أو الحرقان، أو ضيق التنفُّس، أو انغلاق الحلق، أو صعوبة في التنفُّس، أو الغثيان، أو القيء، أو الإسهال، أو غيرها من الأعراض الشديدة. قد يفقد الأشخاص الذين يعانون من ردود فعل شديدة تجاه مُسببات الحساسية الغذائية الوعي أو قد يصل الأمر إلى الوفاة إذا تناولوا ولو كميات ضئيلة جدًا من مُسبب الحساسية.

كيفية التعامل مع زبون يعاني من حساسية غذائية:

- استمع إلى وصفه للحساسية التي يعاني منها.
- أبلغ المُدير أو الطاهي أو الشخص المسؤول.
- اقرأ قائمة الطعام والوصفات وجميع قوائم المكونات للتحقق من احتمالية وجود مُسببات الحساسية.
- اسمح للزبون باتخاذ قراره بنفسه.
- تحقق من أن طبق الزبون خال من أيّ من مُسببات الحساسية.

لا تُؤدي إزالة مُسبب الحساسية - مثل قطعة الجبن - من الطبق المُعدّ إلى منع حدوث ردّ فعل تحسُّسي. تأكد من تحضير طبق جديد خال من مُسبب الحساسية إذا كان الطبق الأول ملوثًا بآثار له.

مصادر

التلوث الخلطي:

- الشوآيات، وزيت القلي، والمقالي الكبيرة، وطاولات تقديم السلطات، وقطّاعات الخبز واللحوم، والأدوات أو ألواح التقطيع مُشتركة الاستخدام.
- ملامسة مواد غذائية مُتعددة باليد أو بالقفاز.

إذا حدث للزبون ردّ فعل تحسُّسي، اطلب النجدة فورًا، وأبلغ الإدارة.

أهم 9 مُسببات للحساسية الغذائية



البيض



القشريات



السّمك



المكسرات



القّمح



الصويا



القول السوداني



الحليب



السّمسم