



# แม่เป็นโรคภูมิแพ้ ลูกน้อยจะเป็นโรคภูมิแพ้ในเด็กด้วยหรือไม่

ภาษา

แม่เป็นโรคภูมิแพ้ ลูกน้อยจะเป็นโรคภูมิแพ้ในเด็กด้วยหรือไม่

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

พ.ค. 9, 2024

4 นาที

Allergic march ภูมิแพ้จากพ่อแม่ อาจทำให้ลูกมีโอกาสเสี่ยงในการเป็นภูมิแพ้สูงขึ้น ดังนั้นควรตรวจเช็คเพื่อลดความเสี่ยงและหาวิธีป้องกันโอกาสที่ลูกจะเป็นภูมิแพ้

## สรุป

- โรคภูมิแพ้ หรือภาวะภูมิแพ้ในทารกอาจส่งต่อมาทางพันธุกรรมได้ โดยหากทั้งคุณพ่อคุณแม่เป็นภูมิแพ้ ความเสี่ยงที่ลูกน้อยจะเป็นภูมิแพ้เพิ่มขึ้นเป็น 50-80% หรือในกรณีที่ทั้งคุณพ่อและคุณแม่ไม่มีภาวะภูมิแพ้ ลูกน้อยก็มีความสามารถเสี่ยงต่อการเกิดภูมิแพ้ได้ 14% เช่นกัน
- วิธีที่สำคัญในการป้องกันการเกิดภูมิแพ้ในทารกคือ ให้นมแม่อย่างน้อยที่สุด 6 เดือนหรือนานที่สุดเท่าที่ทำได้ เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิดช่วยลดความเสี่ยงของโรคภูมิแพ้ได้ รวมถึงช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกันและลดความเสี่ยงของการติดเชื้อต่าง ๆ ได้อีกด้วย

## เลือกอ่านตามหัวข้อ

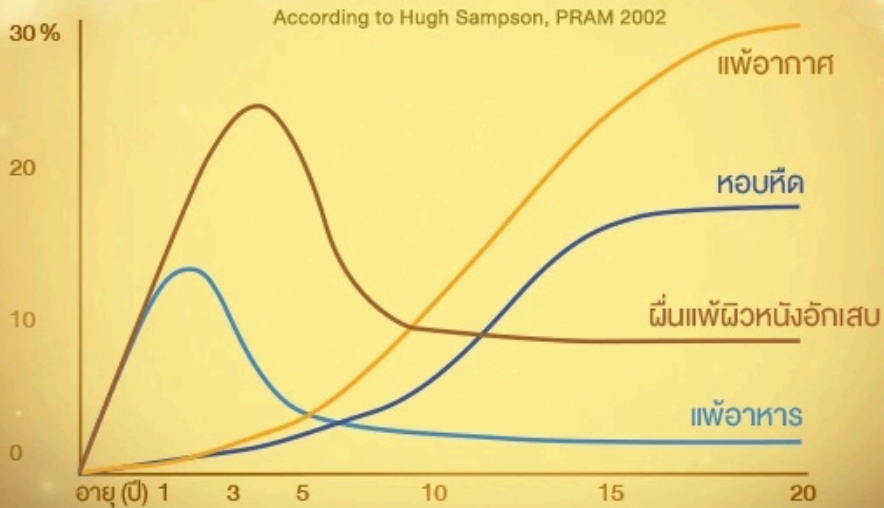
- ไขข้อสงสัยลูกเป็นภูมิแพ้ได้อย่างไร
- เราสามารถป้องกันไม่ให้ลูกเป็นภูมิแพ้ได้อย่างไร

"Allergic march" ไม่ได้หมายถึงโรคภูมิแพ้ที่เกิดขึ้นกับลูกน้อยช่วงเดือนมีนาคม แต่คือโรคภูมิแพ้ในเด็กที่ส่งผลต่อเนื่องตลอดวัยเด็ก ซึ่งจะแสดงอาการผ่านแต่ละช่วงของการเจริญเติบโตของลูกน้อย อธิบายให้เข้าใจง่ายขึ้นก็คือ โรคภูมิแพ้ที่มีแนวโน้มจะพัฒนาต่อไปเรื่อย ๆ ตลอดช่วงวัยเด็กของลูกน้อยนั่นเอง ในบางกรณี โรคภูมิแพ้อาจเกิดขึ้นซ้ำซ้อนกัน ทำให้ลูกมีอาการภูมิแพ้มากกว่า 1 ชนิดในช่วงเวลาหนึ่ง หรือภูมิแพ้ชนิดแรกอาจเริ่มหายไป และแทนที่ด้วยภูมิแพ้ชนิดอื่นก็ได้



Allergic march อาจรู้จักกันในชื่อของ “Atopic March” ซึ่งลูกอาจเป็นภูมิแพ้หรืออาการแบบใดแบบหนึ่งเป็นลำดับขึ้นไปตามอายุและการ เจริญเติบโตของเขา ในขณะที่ลูกน้อยอาจผ่านภาวะภูมิแพ้มาหลายแบบในแต่ละช่วงวัย ภูมิแพ้ชนิดเดิม ๆ ก็อาจเกิดซ้ำกันได้ในช่วงที่ลูกกำลัง เจริญเติบโตเช่นกัน

## การดำเนินของโรคภูมิแพ้ “The allergy march” 2002



ตัวอย่างของกระบวนการการเกิดภูมิแพ้ที่สามารถเห็นได้ชัดคือ การเกิดโรคภูมิแพ้ผิวหนังที่อาจมีอาหารเป็นสารก่อภูมิแพ้ (Atopic dermatitis) โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ (แพ้อากาศ หรือ Rhinoconjunctivitis) และเมื่อโตขึ้น ก็อาจมีอาการของโรคหืดหอบ (Asthma) ตามมา อย่างไรก็ตาม ภูมิแพ้แต่ละคนมีความแตกต่างกัน และลูกน้อยของคุณแม่อาจมีขั้นตอนของการเกิดภูมิแพ้แตกต่างจากเด็กคนอื่น ๆ ก็เป็นไปได้

## ไขข้อสงสัยลูกเป็นภูมิแพ้ได้อย่างไร

โรคภูมิแพ้ หรือภาวะภูมิแพ้ในทารกอาจส่งต่อมาทางพันธุกรรม เช่น ในกรณีที่คุณแม่ต้องเป็นภูมิแพ้ ลูกน้อยจะมีความเสี่ยงในการเกิดโรคภูมิแพ้ได้ถึง 20-40% แต่หากทั้งคุณพ่อและคุณแม่เป็นภูมิแพ้ ความเสี่ยงที่ลูกน้อยจะเป็นภูมิแพ้เพิ่มขึ้นเป็น 50-80% หรือในกรณีที่ทั้งคุณพ่อและคุณแม่ไม่มีภาวะภูมิแพ้ ลูกน้อยก็มีความสามารถเสี่ยงต่อการเกิดภูมิแพ้ได้ 14% เช่นกัน สรุปคือ เด็กทุกคนต่างมีความเสี่ยงในการเป็นโรคภูมิแพ้ทั้งนั้น



## เราสามารถป้องกันไม่ให้ลูกเป็นภูมิแพ้ได้อย่างไร

คุณแม่สามารถช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดโรคภูมิแพ้ได้ ซึ่งต้องเริ่มจากการตรวจวินิจฉัยตั้งแต่ช่วงวางแผนตั้งครรภ์ เพราะประวัติของครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการกำหนดความเสี่ยงที่ลูกจะเป็นโรคภูมิแพ้ได้ ชั้นแรกซึ่งอาจเป็นชั้นพื้นฐานที่สุดคือ การดูประวัติของคุณพ่อ-คุณแม่ และอีกหนึ่งวิธีที่สำคัญในการป้องกันการเกิดภูมิแพ้ในทารกคือ ให้นมแม่อย่างน้อยที่สุด 6 เดือน หรือนานที่สุดเท่าที่ทำได้ เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด และยังมีคุณสมบัติเป็น Hypo-Allergenic หรือ H.A. ที่ช่วยลดความเสี่ยงของโรคภูมิแพ้ได้ด้วย และโปรตีนในนมแม่บางส่วน ได้ถูกย่อยให้มีขนาดเล็กลง หรือที่เรียกว่า PHP (Partially Hydrolyzed Proteins) ซึ่งง่ายต่อการดูดซึมเข้าร่างกายของลูกน้อย และอ่อนโยนต่อระบบย่อยอาหารของลูกน้อย อีกทั้งนมแม่ยังมีพรีไบโอติกโอลิโกแซคคาไรด์ใยอาหารหลักที่สำคัญ ที่ช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกันและลดความเสี่ยงของการติดเชื้อต่าง ๆ ซึ่งโอลิโกแซคคาไรด์ ประกอบด้วยใยอาหารหลากหลายชนิด ซึ่ง 5 ใยอาหารหลัก (5 Oligosaccharide หรือ 5HMO เช่น 2'FL, DFL, LNT, 6'SL และ 3'SL) มีช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกันในเด็กเล็ก รวมถึงนมแม่มีพรีไบโอติกหลายชนิด เช่น *B. lactis* (บี แล็กทิส) ซึ่งเป็นหนึ่งในสายพันธุ์ที่มีส่วนช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและลดความเสี่ยงของการเกิดภูมิแพ้ ในกรณีที่ไม่สามารถให้นมแม่ได้ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำและข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการป้องกันภูมิแพ้สำหรับเด็ก

### บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- ผื่นทารก ลูกเป็นผื่นแดงทั้งตัว ปัญหาผื่นทารกในเด็ก
- ผื่นขึ้นหน้าทารก ทำไงดี พร้อมวิธีแก้ผื่นบนใบหน้าทารก
- ลูกเป็นผื่นเม็ดเล็ก ๆ คื่น ลูกเป็นผื่น ดูแลลูกแบบไหนให้ถูกวิธี

- ผื่นคันในเด็ก ลูกมีผื่นคันขึ้นตามตัวแต่ไม่มีไข้ พร้อมวิธีดูแลลูก
- ลูกเป็นผื่นผิวหนังสาก ๆ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกมีผื่นสาก
- ลูกเป็นผื่นแพ้เหงื่อ ผื่นแพ้ในเด็กเกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแล
- ผื่นลมพิษในเด็ก เกิดจากอะไร ทำไมพ่อแม่ยุคใหม่ ควรใส่ใจเป็นพิเศษ
- ผื่นแพ้อาหารทารก พร้อมวิธีป้องกันลักษณะผื่นแพ้อาหารทารก



คุณแม่ตั้งครรภ์



แม่ผ่าคลอด



ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไม้อิลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การถ่ายภาพลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์