

เมื่อคุณแม่เป็นภูมิแพ้ จะถ่ายทอดสู่ลูกในครรภ์ได้หรือไม่?



ศูนย์ : ศูนย์สุขภาพเด็ก

บทความโดยแพทย์ : พญ. วราลี ผดุงพรรค

รู้หรือไม่ว่าโรคภูมิแพ้นั้นสามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้! โดยลูกที่เกิดจากคุณพ่อคุณแม่ที่เป็นโรคภูมิแพ้ มีโอกาสป่วยเป็นโรคสูงกว่าเด็กทั่วไปถึงร้อยละ 50-80 เมื่อเทียบกับเด็กที่ไม่มีประวัติภูมิแพ้ในครอบครัว แล้วอย่างนี้ หากคุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์อยู่เป็นโรคภูมิแพ้แล้วจะทำอย่างไร? สามารถป้องกันได้หรือไม่? ไปหาคำตอบกันเลย

โรคภูมิแพ้

โรคภูมิแพ้เกิดจากระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายที่ตอบสนองต่อสิ่งแปลกปลอมซึ่งเป็นสารก่อภูมิแพ้ โดยมักเป็นสารจำพวกโปรตีน

ซึ่งโรคนี้สามารถถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรม นอกจากปัจจัยทางพันธุกรรมแล้ว

การเกิดโรคภูมิแพ้ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมด้วย เช่น การสัมผัสกับสารก่อภูมิแพ้ มลภาวะทางอากาศ ควันบุหรี่ การได้รับยาปฏิชีวนะ โดยระยะเวลาที่สำคัญคือ ช่วงทารกและวัยเด็ก

ดังนั้น การป้องกันจึงควรเริ่มต้นให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ คือ

หลีกเลี่ยงความเสี่ยงตั้งแต่ในครรภ์มารดาตลอดจนวัยทารกก่อนที่ระบบภูมิคุ้มกันจะพัฒนาสมบูรณ์และก่อนที่จะสัมผัสสาร

ลูกน้อยจะเสี่ยงเป็นโรคอะไรบ้าง?

ในวัยทารก ลูกน้อยมักยังไม่ค่อยได้ออกนอกบ้าน โปรตีนแปลกปลอมที่จะก่อให้เกิดการแพ้จึงมักมาจากอาหารที่รับประทาน ส่วนมากคือโปรตีนจากนมวัวนั่นเอง โดยอาจได้รับโดยตรงจากการดื่มนมผสม หรืออาจแพ้ผ่านมาทางน้ำนมของแม่ ต่อมาเมื่อเริ่มกินอาหารเสริมทำให้แพ้ตามมาได้ โดยอาหารที่พบว่าทำให้แพ้อยู่ ได้แก่ ไข่ขาว ไข่แดง แป้งสาลี ถั่วเหลือง ถั่วอื่นๆ บางรายอาจเกิดอาการของโรคผิวหนังอักเสบจากภูมิแพ้ (eczema) ซึ่งพบได้มากในช่วง 2 ปีแรก จากนั้นจึงเกิดเป็นโรคหอบ และตามมาด้วยโรคภูมิแพ้ทางอากาศ ภูมิแพ้เยื่อจมูกและตาอักเสบ

แล้วจะป้องกันได้อย่างไร?

คุณแม่ที่สูบบุหรี่ช่วงตั้งครรภ์ จะส่งผลให้ปอดของลูกน้อยเสื่อมสมรรถภาพได้ตั้งแต่วัยเด็ก

และเป็นปัจจัยเสี่ยงในการก่อโรคภูมิแพ้ในวัยทารกด้วย ดังนั้น

หญิงตั้งครรภ์จึงควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสควันบุหรี่ทั้งทางตรงและทางอ้อม คุณแม่หลายท่านอาจสงสัยว่า

เราควรงดอาหารกลุ่มเสี่ยงที่อาจทำให้ทารกแพะระหว่างตั้งครรภ์หรือไม่ เช่น ไม่ดื่มนมวัว งดกินไข่หรือแป้งสาลีระหว่างตั้งครรภ์

คำตอบคือ การตั้งใจบริโภคอาหารชนิดใดชนิดหนึ่งในปริมาณมาก เช่น การดื่มนมวัว นมถั่วเหลือง

อาจทำให้ทารกเกิดการแพ้อาหารนั้นๆ ได้ แต่ไม่มีหลักฐานสนับสนุนว่า

การงดอาหารนั้นจะช่วยป้องกันการเกิดการแพ้อาหารในทารก

ดังนั้น ในช่วงตั้งครรภ์คุณแม่ควรกินอาหารแต่ละชนิดให้พอดี กินให้ครบ 5 หมู่ ไม่จำเป็นต้องงดอาหารกลุ่มเสี่ยงเพื่อป้องกัน

และไม่ตั้งใจบริโภคอาหารประเภทใดประเภทหนึ่งในปริมาณมากๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารที่ไม่ได้บริโภคเป็นประจำอยู่แล้ว

เช่น นมวัว

นอกจากนี้ การหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารก่อภูมิแพ้ทางอากาศ เช่น ไรฝุ่น แมลงสาบ การสัมผัสกับสัตว์เลี้ยง

ก็ยังไม่มียืนยันแน่ชัดว่าสามารถป้องกันโรคภูมิแพ้ได้จริงหรือไม่ แต่หากเด็กได้รับการวินิจฉัยว่าแพ้สารดังกล่าวแล้ว

ก็ควรหลีกเลี่ยงเพื่อไม่ให้เกิดอาการภูมิแพ้กำเริบ แม่เราไม่สามารถปรับเปลี่ยนปัจจัยด้านพันธุกรรมของลูกได้

แต่ธรรมชาติยังมีโอกาสให้เราดูแลสิ่งแวดล้อมของลูกรักให้พ้นจากโรคภูมิแพ้ได้