

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΤΡΟΦΙΚΗ ΑΛΛΕΡΓΙΑ;

Νικόλαος Κίτσος MD, PGDip

Παιδίατρος-Παιδοαλλεργιολόγος

Καλαμαριά-Θεσσαλονίκη



Ο θηλασμός είναι αδιαμφισβήτητα ο πιο φυσικός και εύκολος τρόπος για να τραφεί ιδανικά ένα παιδί. Το μητρικό γάλα περιέχει τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά για τη σωστή ανάπτυξή του. Οι θετικές επιπτώσεις του θηλασμού, ιδίως τους πρώτους έξι μήνες της ζωής, είναι πολλές τόσο για τη μητέρα όσο και για το παιδί.

Φαίνεται ότι ο θηλασμός μπορεί να καθυστερήσει την έναρξη ή και να προλάβει την ανάπτυξη αλλεργιών. Αυτός είναι ένας από τους λόγους για τους οποίους το μωρό πρέπει να θηλάζει αποκλειστικά για τους πρώτους τέσσερις έως έξι μήνες. Έρευνες δείχνουν ότι το κυριότερο διάστημα που ο θηλασμός βοηθάει στην πρόληψη των αλλεργιών είναι οι πρώτοι 2-3 μήνες.

Ωστόσο οι ενδείξεις ότι ο θηλασμός έχει άμεσο αντίκτυπο στην ανάπτυξη τροφικής αλλεργίας είναι ακόμα περιορισμένες και χρήζει περαιτέρω μελέτης. Ο θηλασμός αποτελεί πιθανό προστατευτικό παράγοντα ανάπτυξης τροφικών αλλεργιών μέσω των αντι-αλλεργικών ιδιοτήτων του και της παρουσίας αντισωμάτων που περιέχονται στο μητρικό γάλα, τα οποία συνδυάζονται με πρωτεΐνες τροφίμων όταν εισάγονται στη διατροφή ταυτόχρονα, με αποτέλεσμα την προστασία από την ανάπτυξη τροφικών αλλεργιών. Πρόσφατες μελέτες καταδεικνύουν τα οφέλη και την προστατευτική δράση του θηλασμού παράλληλα με την εισαγωγή τροφών (από την ηλικία των 4 μηνών). Αυτό αποτελεί μια σημαντική στρατηγική για τη μείωση των κινδύνων ανάπτυξης τροφικής αλλεργίας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Saarinen, U.M.; Kajosaari, M. Breastfeeding as prophylaxis against atopic disease: Prospective follow-up study until 17 years old. *Lancet* 1995, 346, 1065-1069.
2. Kull, I.; Melen, E.; Alm, J.; Hallberg, J.; Svartengren, M.; van Hage, M.; Pershagen, G.; Wickman, M.; Bergstrom, A. Breast-feeding in relation to asthma, lung function, and sensitization in young schoolchildren. *J. Allergy Clin. Immunol.* 2010, 125, 1013-1019.
3. Lucas, A.; Brooke, O.G.; Morley, R.; Cole, T.J.; Bamford, M.F. Early diet of preterm infants and development of allergic or atopic disease: Randomised prospective study. *BMJ* 1990, 300, 837-840.
4. Pesonen, M.; Kallio, M.J.; Ranki, A.; Siimes, M.A. Prolonged exclusive breastfeeding is associated with increased atopic dermatitis: A prospective follow-up study of unselected healthy newborns from birth to age 20 years. *Clin. Exp. Allergy* 2006, 36, 1011-1018.
5. Mahrshahi, S.; Ampon, R.; Webb, K.; Almqvist, C.; Kemp, A.S.; Hector, D.; Marks, G.B.; Team, C.
The association between infant feeding practices and subsequent atopy among

children with a family

history of asthma. *Clin. Exp. Allergy* 2007, 37, 671-679.