تغذیه نوزادان با تخم‌مرغ می‌تواند خطر آلرژی را کاهش دهد

28 خرداد 1405

یک مطالعه جدید می‌گوید که تغذیه نوزادان با تخم‌مرغ در اوایل زندگی می‌تواند منجر به کاهش آلرژی به تخم‌مرغ، به ویژه در میان نوزادان مبتلا به اگزما شود.

محققان گزارش دادند که موارد آلرژی به تخم‌مرغ در طی یک دهه پس از اتخاذ دستورالعمل‌هایی که توصیه می‌کنند تخم‌مرغ را به نوزادان در حدود ۶ ماهگی بدهید، کاهش یافته است.

محققان دریافتند که این کاهش به ویژه در نوزادان مبتلا به اگزمای اولیه بیشتر بوده است، به طوری که آلرژی به تخم‌مرغ در سال‌های اخیر از تقریباً ۳۵٪ به حدود ۲۲٪ کاهش یافته است.

این مطالعه شواهدی در سطح جمعیت ارائه می‌دهد که نشان می‌دهد دستورالعمل‌های به‌روز شده تغذیه نوزادان که توصیه می‌کنند تخم‌مرغ را زودتر به نوزادان بدهند، منجر به کاهش قابل اندازه‌گیری شیوع آلرژی به تخم‌مرغ در جمعیت شده است.

این تیم تحقیق به رهبری «جنیفر کوپلین»، دانشیار آلرژی و اپیدمیولوژی دوران کودکی در دانشگاه کوئینزلند استرالیا، نتیجه گرفتند: «این یافته‌ها نشان می‌دهد که به‌روزرسانی دستورالعمل‌ها که با شواهد کارآزمایی تصادفی تهیه شده‌اند، در صورت اجرای مؤثر، ممکن است با کاهش شیوع آلرژی غذایی مرتبط باشند.»

محققان در یادداشت‌های پیش‌زمینه گفتند که تعدادی از کشورها، توصیه‌های آلرژی خود را در اواخر دهه ۲۰۱۰ به‌روزرسانی کردند تا معرفی زودهنگام غذاهایی که باعث آلرژی می‌شوند، از جمله تخم‌مرغ و بادام‌زمینی را توصیه کنند.

برای مطالعه جدید، محققان بیش از ۷۲۰۰ کودک نوپا را در ملبورن، استرالیا، که معاینه یک سالگی خود را قبل (۲۰۰۷–۲۰۱۱) و بعد (۲۰۱۸–۲۰۱۹) از دستورالعمل‌های جدید دریافت کرده بودند، مقایسه کردند.

نتایج نشان داد که پس از تعدیل تفاوت‌های جمعیتی، موارد آلرژی به تخم‌مرغ تقریباً ۱۸ درصد پس از تغییر دستورالعمل کاهش یافته است.

دکتر «جینا کوشیا»، پزشک متخصص آلرژی و ایمونولوژی در نورث‌ول هلث در نیویورک، در یک بیانیه خبری گفت: «آنچه ما در مورد سیستم ایمنی می‌دانیم این است که اگر یک آلرژن در ابتدا از طریق تماس پوستی وارد بدن شود، بدن در واقع یک پاسخ آلرژیک ایجاد می‌کند. با این حال، اگر معرفی اولیه یک آلرژن غذایی از طریق تماس دهانی، از طریق بلع غذا باشد، در واقع یک پاسخ محافظتی به آلرژن

ایجاد می‌کند.»

کوشیا افزود: «این واقعیت که نوزادان مبتلا به اگزما از معرفی زودهنگام تخم‌مرغ مزایای بیشتری داشته‌اند، این نکته را تقویت می‌کند.»

او گفت: «ما می‌دانیم که نوزادان مبتلا به اگزما به دلیل اختلال در سد پوستی خود، یک گروه آسیب‌پذیر در برابر آلرژی غذایی هستند. بنابراین، دیدن شواهد عینی مبنی بر اینکه این کاهش شیوع آلرژی غذایی در نوزادان مبتلا به اگزما حتی بیشتر است، بسیار مهم است زیرا ما گروه خاصی از بیماران را داریم که می‌توانیم با تأکید بیشتری در مورد اهمیت معرفی زودهنگام آموزش دهیم.»

کوشیا گفت: «با این حال، مهم است که والدین تحت نظر متخصص اطفال، آلرژن‌های غذایی را به کودکان خود معرفی کنند و مطمئن شوند که به طور مداوم فرزندانشان را در معرض آن قرار می‌دهند.»