

الحساسية من حليب البقر عند الرضع

تعد الحساسية من حليب البقر من أكثر حساسيات الطعام شيوعاً في مرحلة الطفولة بحيث يصل معدل الأطفال المصابين بالحساسية من حليب البقر الى ثلاثة بالمئة. وتعتبر البروتينات الموجودة في حليب البقر هي المسبب لردات الفعل التحسسية عند بعض الأشخاص. تعني الحساسية من حليب البقر أن المصاب يعاني من حساسية من منتجات حليب البقر كافة بما فيها الأجبان، اللبن الزبادي، "الأيس كريم" أو المتلجات، ومعظم أنواع حليب الرضع الصناعي وأي شيء يحتوي على حليب البقر كأحد المكونات.

كما يعاني معظم الأطفال المصابين بالحساسية من حليب البقر من الحساسية من حليب الماعز ومن أي حليب آخر من مصدر حيواني حيث أنّ البروتينات المسببة للحساسية تتشابه كثيراً.

تختلف الحساسية من حليب البقر عن حالة عدم تحمل اللاكتوز التي تتميز بعدم القدرة على امتصاص السكر في الحليب (اللاكتوز). وعلى غرار بروتين حليب البقر، يتواجد اللاكتوز في حليب الثدييات كافة وفي جميع أنواع حليب الرضع الصناعي العادي.

يتوجب على المصابين بحساسية حليب البقر تجنب المنتجات الخالية من اللاكتوز لأنها تحتوي على بروتين حليب البقر.

ردات الفعل التحسسية

- قد تتضمن ردات الفعل التحسسية الخفيفة إلى المتوسطة: طفح جلدي، تدهور في حالة التهاب الجلد التأتبي أو ما يعرف بالإكزيما، ألم في البطن و/أو تقيؤ.
- ينتاب عدد قليل من الأطفال ردات فعل شديدة (ما يعرف بالصدمة التحسسية) تؤثر على التنفس و/أو على الدورة الدموية. وقد يعاني هؤلاء الأطفال من صعوبة في التنفس/ إصدار صوت في التنفس، سعال و/أو الإصابة فجأة بالشحوب والارتخاء.
- غالباً ما تحصل ردات الفعل التحسسية بعد وقت بسيط أو في غضون ساعتين من تناول الحليب. وفي معظم الأحيان قد يرافق ردات الفعل الشديدة لدى الرضع، ظهور طفح جلدي، تورم في الوجه و/أو تقيؤ كبقاير لردة الفعل التحسسية.
- قد تتسبب حتى كميات ضئيلة (مثلاً، قطرة من حليب البقر) بردات فعل تحسسية شديدة لدى بعض الرضع.

التشخيص الصحيح

- يتوجب على أي فرد قلق بشأن الحساسية من حليب البقر زيارة الطبيب. إذا كانت الحساسية شديدة قد يحتاج الى جواب إحالة لزيارة أخصائي حساسية.
- لا بد من متابعة الرضاعة الطبيعية مع الرضع الذين يعتمدون عليها (فهي الخيار الأفضل للرضع كافة إذا أمكن). في حالات نادرة قد ينصح الطبيب الأخصائي الأمهات بالتوقف عن تناول حليب البقر في غذائهن عندما يرضعن أطفالهن إذا كان الطفل مصاباً بحساسية حليب البقر. إن التوقف عن تناول أي طعام من غذاء الأم مع الرضاعة الطبيعية لا بد من أن يكون تحت إشراف طبيب أو أخصائي تغذية للأطفال. قد يحتاج بعض الرضع إلى حليب صناعي خاص لا يحتوي على بروتينات حليب البقر.

في بعض الأحيان، قد يُطرح، تحت إشراف طبي، إجراء فحص تحدي الحليب للطفل في منتجات مخبوزة (مثل حلوى المافن). يمكن لحوالي 70٪ من الأطفال الذين يعانون من حساسية الحليب تحمل الحليب في المخبوزات. يجب ألا تجرب هذا التحدي في المنزل- فقد ينجم عنه ردات فعل تحسسية شديدة. ناقش الحالة مع طبيبك.



Allergy & Anaphylaxis
Australia

Your trusted charity for allergy support



Knowledge for Life. © 2008

عندما لا تكون الرضاعة الطبيعية خياراً

تتوافر تشكيلة من الحليب الصناعي من بينها على نطاق واسع حليب صناعي يعتمد على حليب البقر المحلل بالماء، حليب يحتوي على الحمض الأميني، وآخر يتركز على الأرز، وحليب الصويا. كن حذراً من أن بعض الأطفال الذين يعانون من حساسية حليب البقر يعانون أيضاً من حساسية حليب الصويا، في هذه الحالة اتبع نصيحة الطبيب. ليس باستطاعة كل الأطباء أن يصفوا حليب ذو تركيبة خاصة فقد طُورت معايير عن كيفية تقصي الطبيب عن المريض والتصرف معه في حال الاشتباه بالإصابة بحساسية حليب البقر. ناقش مع طبيبك الخيار الأفضل لطفلك. بعد بلوغ طفلك عامه الأول، قد ينصح طبيبك بإدخال حليب الصويا أو الأرز المدعم بالكالسيوم أو أي بديل ملائم كمصدر كالسيوم لطفلك. لا يحتاج معظم الأطفال للحليب الصناعي بعد سن الـ ١٢ شهراً ولكن عليك مناقشة الأمر مع الطبيب.

كيفية التعامل مع حساسية الحليب

يستدعي التعامل مع حساسية الحليب تفادي تناول حليب البقر، وأياً من منتجات الحليب والمنتجات التي تحتوي على حليب البقر كأحد مكوناتها. قد يشكل تجنب المنتجات التي تحتوي على حليب البقر تحدياً مع محاولة الحفاظ على النمو والتغذية الملائمين. فلا بد أن يخضع الأطفال الذين يعانون من حساسية حليب البقر لرعاية طبيب أخصائي وأخصائي تغذية الأطفال.

من الضروري قراءة قائمة مكونات الأطعمة كافة في جميع الأوقات. ولحسن الحظ أنه في أستراليا ونيوزيلندا، يجب إدراج أي طعام يحتوي على حليب البقر في لائحة المكونات. فإذا اشترت طعاماً من دون لائحة مكونات، لا بد من أن تكشف عن حساسيتك وأن تسأل عن المكونات الأرجية. يجب أن تُزود بمعلومات عن محتويات الطعام من حليب البقر بناءً على طلبك.

بعض الأطعمة التي يجب تجنبها هي حليب A2/ الحليب، الحليب الخالي من اللاكتوز، الزبدة، الجبنة، اللبن الزبادي، السم، الأيس كريم أو المتلجات، مخيض اللبن، الكريمة الطازجة، الحليب المجفف. كما يجب تجنب الأطعمة التي تحتوي على بروتينات الحليب الكازين أو الجبنين، الكازينات ومصل الحليب أو بروتين الشرس.

قد يكون حليب البقر أحد مكونات الأطعمة التي لم تخطر في بالك مثل النقانق، الجبن الخالي من منتجات الألبان، الصلصات، المرق، الغموس، الحساء، البطاطس المهروسة، اللحوم الباردة، حليب جوز الهند، اللحوم المطهية بالصلصات والتتبيلات، أدوية الأعشاب والمكملات الغذائية. كن على يقين أن حليب البقر وُجد في بعض منتجات حليب جوز الهند (خاصةً المنتجات المستوردة) حتى لو لم يُدرج ضمن قائمة المكونات.

للحصول على قائمة مفصلة حول الحليب كمكون أرجي، توفر منظمة الحساسية والصدمة التحسسية في أستراليا (A&AA) بطاقات عن المكونات الأرجية على الرابط

<http://allergyfacts.org.au/resources/allergen-cards>

يمكنكم أيضاً الاطلاع على ورقة حمية حليب البقر على موقع جمعية أستراليا لعلم المناعة السريري والحساسية (ASCIA) وعلى معلومات مفيدة أخرى على الرابط: <https://www.allergy.org.au/patients/food-allergy>

يتعافى معظم الأطفال من حساسية حليب البقر عندما يكبرون. سيقدم طبيبك متابعة ليقم تطور طفلك وقد يقوم بفحص للحساسية (عادةً كل ١٢ شهراً أو في هذه الحدود) لمعرفة ما إذا كان ثمة احتمالية أن يتخلص طفلك من حساسيته. سيكون تفسير هذه الفحوص مرفقاً بسلسلة الأحداث التي تعطينها لذا من المهم ذكر أي حادثة تناول حليب البقر عن غير قصد وأي ردات فعل محتملة. من الممكن أن يعرض طبيبك القيام بتحدي حليب البقر تحت إشراف طبي وذلك للتأكد أن طفلك يتخلص من الحساسية عندما كبر.

©A&AA 2018



Allergy & Anaphylaxis
Australia

Your trusted charity for allergy support



Knowledge for Life. © 2008