

# แม่เป็นโรคภูมิแพ้ ลูกน้อยจะเป็นโรคภูมิแพ้ในเด็กด้วยหรือไม่

พ.ศ. 9, 2024

4 นาที

Allergic march ภูมิแพ้จากพ่อแม่ อาจทำให้ลูกมีโอกาสเสี่ยงในการเป็นภูมิแพ้สูงขึ้น ดังนั้นควรตรวจเช็คเพื่อลดความเสี่ยงและหาวิธีป้องกันโอกาสที่ลูกจะเป็นภูมิแพ้

## สรุป

- โรคภูมิแพ้ หรือภาวะภูมิแพ้ในทารกอาจส่งต่อมาจากทางพันธุกรรมได้ 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

S-Mom  
Club

แม่เป็นภูมิแพ้



# ลูกจะเป็นด้วยมั้ย?

กระทบพัฒนาการในครรภ์อย่างไร?



พ่อแม่เป็นภูมิแพ้  
ลูกมีความเสี่ยงเป็นภูมิแพ้ได้  
**60-80%**



พ่อหรือแม่เป็นภูมิแพ้  
ลูกมีความเสี่ยงเป็นภูมิแพ้ได้  
**20-40%**



พ่อแม่ไม่เป็นภูมิแพ้  
ลูกก็มีความเสี่ยง  
เป็นภูมิแพ้ได้  
**15%**



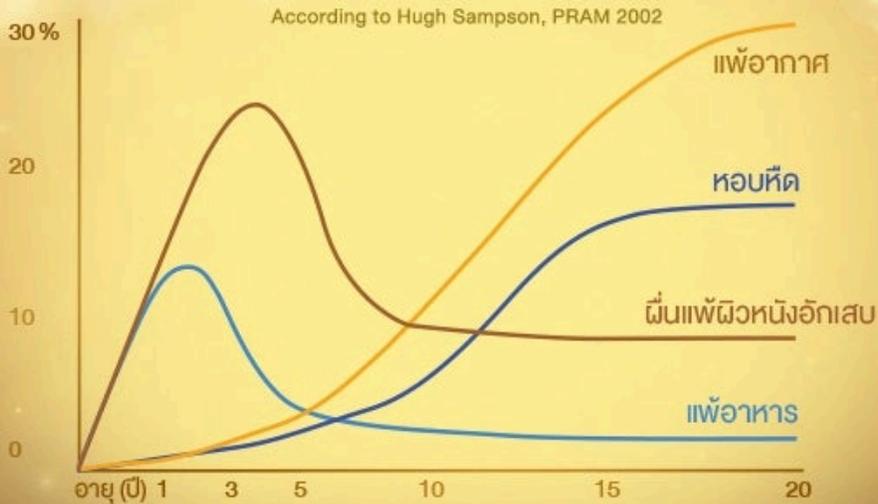
คุณแม่ช่วยลดความเสี่ยงภูมิแพ้ในการเกิด

ด้วยการให้นมแม่เพียงอย่างเดียวอย่างน้อย 6 เดือน หรือนานที่สุดเท่าที่ทำได้

\*เพราะนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิดช่วยลดความเสี่ยงของโรคภูมิแพ้ได้ รวมถึงช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกันและลดความเสี่ยงของการติดเชื้อต่าง ๆ

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

## การดำเนินของโรคภูมิแพ้ "The allergy march" 2002



ตัวอย่างของกระบวนการการเกิดภูมิแพ้ที่สามารถเห็นได้ชัดคือ การเกิดโรคภูมิแพ้ผิวหนังที่อาจมีอาหารเป็นสารก่อภูมิแพ้ (Atopic dermatitis) โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ (แพ้อากาศ หรือ Rhinoconjunctivitis) และเมื่อโตขึ้น ก็อาจมีอาการของโรคหืดหอบ (Asthma) ตามมา อย่างไรก็ตาม ไรก็ตามเด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน 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

# เพราะภูมิแพ้ป้องกันได้ ปกป้องลูกน้อยจากภูมิแพ้ ด้วยนมแม่



โปรตีนที่ถูกละลายให้เล็กลง  
เพื่อช่วยต่อการดูดซึม  
และลดความเสี่ยงต่อการเกิดภูมิแพ้  
ซึ่งสามารถพบได้ในนมแม่



มีส่วนช่วย  
เรื่องระบบภูมิคุ้มกัน



โพรไบโอติกที่ช่วย  
เสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน



นมแม่มีคุณสมบัติเป็น

# H.A.

ช่วยลดความเสี่ยงของโรคภูมิแพ้

\*นมแม่เป็นนมที่มีคุณสมบัติเป็น Hypoallergenic ซึ่งช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคภูมิแพ้ได้ เนื่องจากในนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด รวมถึงภูมิคุ้มกันที่ช่วยยับยั้งการก่อภูมิแพ้ โปรตีนที่ผ่านกระบวนการย่อยจน จุลินทรีย์ที่มีประโยชน์ เป็นต้น

## #เริ่มต้นดีไม่มีคำว่าแพ้

อีกทั้งนมแม่ยังมีพรีไบโอติกโอลิโกแซคคาไรด์ใยอาหารหลักที่สำคัญ ที่ช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกัน และลดความเสี่ยงของการติดเชื้อต่าง ๆ ซึ่งโอลิโกแซคคาไรด์ ประกอบด้วยใยอาหารหลากหลายชนิด ซึ่ง 5 ใยอาหารหลัก (5 Oligosaccharide หรือ 5HMO เช่น 2'FL, DFL, LNT, 6'SL และ 3'SL) มีช่วยเรื่องระบบภูมิคุ้มกันในเด็กเล็ก รวมถึงนมแม่มีโพรไบโอติกหลายชนิด เช่น *B. lactis* (บี แล็กทิส) ซึ่งเป็นหนึ่งในสายพันธุ์ที่มีส่วนช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและลดความเสี่ยงของการเกิดภูมิแพ้ ในกรณีที่ไม่สามารถให้นมแม่ได้ ควรปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำและข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการป้องกันภูมิแพ้สำหรับเด็ก

รวมความรู้เกี่ยวกับ  
**ภูมิต้านทานในเด็ก**  
เพื่อดูแลลูกอย่างมั่นใจ

รักก่อนแพ้ แม่ป้องกันได้ [คลิก](#)

\*นมผงเป็นนมชนิดที่ปราศจากแลคโตสและโปรตีน whey ที่ผ่านการบำบัดด้วยความร้อนสูงเพื่อลดความเสี่ยงต่อการแพ้แลคโตสและโปรตีน whey ในเด็กที่มีอาการแพ้แลคโตสและโปรตีน whey

#เริ่มต้นดีไม่มีคำว่าแพ้

## บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- ผื่นทารก ลูกเป็นผื่นแดงทั้งตัว ปัญหาผื่นทารกในเด็ก
- ผื่นขึ้นหน้าทารก ทำไงดี พร้อมวิธีแก้ผดผื่นบนใบหน้าทารก
- ลูกเป็นผื่นเม็ดเล็ก ๆ คัน ลูกเป็นผื่น ดูแลลูกแบบไหนให้ถูกวิธี
- ผื่นคันในเด็ก ลูกมีผื่นคันขึ้นตามตัวแต่ไม่มีไข้ พร้อมวิธีดูแลลูก
- ลูกเป็นผื่นผื่นผื่นทุก ๆ เกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแลทารกมีผื่นผื่น
- ลูกเป็นผื่นแพ้เหงื่อ ผื่นแพ้ในเด็กเกิดจากอะไร พร้อมวิธีดูแล
- ผื่นลมพิษในเด็ก เกิดจากอะไร ทำไมพ่อแม่ยุคใหม่ ควรใส่ใจเป็นพิเศษ
- ผื่นแพ้อาหารทารก พร้อมวิธีป้องกันลักษณะผื่นแพ้อาหารทารก

แชร์ตอนนี้