

DỊ ỨNG ĐẠM SỮA BÒ

1 DỊ ỨNG ĐẠM SỮA BÒ LÀ GÌ?

Là tình trạng RỐI LOẠN MIỄN DỊCH theo chiều hướng tăng đáp ứng miễn dịch TẠM THỜI của trẻ đối với các chất đạm (protein) có trong sữa bò

2 NGUYÊN NHÂN DỊ ỨNG

Tình trạng **dị ứng đạm sữa bò** xảy ra khi hệ thống miễn dịch trong cơ thể trẻ cho rằng các thành phần protein trong sữa bò là có hại cho cơ thể, khiến cơ thể tự động sản xuất ra các **kháng thể miễn dịch IgE** làm trung hòa các protein (chất gây dị ứng) này.

Có 2 loại protein chính trong sữa có thể gây ra phản ứng dị ứng:

- Casein: có trong phần rắn của sữa đông vón lại
- Whey: có trong phần lỏng còn lại của sữa sau khi sữa đông vón lại

3 BIỂU HIỆN DỊ ỨNG

Biểu hiện về DA

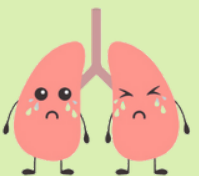


Viêm da cơ địa

Lác sữa

Chàm da

Hệ Hô Hấp



Khò khè

Khó thở

Sổ mũi

Hệ Tiêu Hóa



Công Ty Cổ Phần Dịch Vụ Y Tế **Kinderhealth**



<https://www.kinderhealth.vn>



37 Cao Triều Phát, P. Tân Phong, Q. 7



0919 978 168 - Tổng đài: 0908 565 168



180 Trương Công Định, P. 14, Q. Tân Bình



0911 565 168 - Tổng đài: 0908 565 168

DI ỨNG ĐẠM SỮA BÒ

4 CÁCH CHĂM SÓC TRẺ DI ỨNG

Nếu phát hiện và điều trị đúng lúc, rối loạn tạm thời này sẽ ổn định và trẻ sẽ hết dị ứng, không bị bệnh. Ngược lại, phản ứng rối loạn miễn dịch ngày càng tăng dần, trở thành **VĨNH VIỄN** và gây bệnh tự miễn khi trẻ lớn.

Trẻ nghi ngờ dị ứng đạm sữa bò phải được loại trừ hoàn toàn đạm sữa bò nguyên ra khỏi chế độ ăn. Trẻ phải bú sữa **ĐẠM THỦY PHẦN TOÀN PHẦN eHF**

Nên cho trẻ ăn dặm sớm từ 4 tháng tuổi để tránh lệ thuộc vào sữa bò và suy dinh dưỡng do hấp thu không đủ năng lượng. Khi trẻ ăn dặm, trẻ phải ăn **chế độ ăn giới hạn**

Đối với trẻ dưới 4 tháng tuổi, chỉ bú sữa hoàn toàn, có thể tăng hàm lượng năng lượng bữa ăn bằng cách bổ sung MCT và Maltose Dextrine

- Bổ sung đường Lactose thông qua các thực phẩm chức năng hoặc ăn dặm
- Bổ sung Canxi, Kẽm, Fer theo nhu cầu định kỳ 1 tuần mỗi tháng, uống Vitamine D3 mỗi ngày trong hai năm đầu.
- Nếu mẹ ăn kiêng và cho con bú, mẹ uống bổ sung Canxi 1000mg mỗi ngày.



Không Bao Giờ Được Đổi Sang Sữa Thường Đột Ngột

5 THỜI ĐIỂM BẮT BUỘC TÁI KHÁM

1. Khi chuẩn bị ăn dặm: để được tư vấn lại lần nữa



3. Bất kỳ khi nào có ý muốn đổi sữa khác đều phải tham vấn ý kiến bác sĩ chuyên khoa



2. Khi triệu chứng tái phát lúc đang trong chế độ ăn giới hạn

4. Khi trẻ được 1 tuổi: để đánh giá khả năng làm test dung nạp sữa



Công Ty Cổ Phần Dịch Vụ Y Tế **Kinderhealth**



<https://www.kinderhealth.vn>



37 Cao Triều Phát, P. Tân Phong, Q. 7



0919 978 168 - Tổng đài: 0908 565 168



180 Trương Công Định, P. 14, Q. Tân Bình



0911 565 168 - Tổng đài: 0908 565 168



DI ỨNG ĐẠM SỮA BÒ



6 CHẾ ĐỘ ĂN GIỚI HẠN

- Khởi đầu khi cho trẻ có biểu hiện dị ứng ăn dặm, phải ăn chế độ giới hạn tuyệt đối.
- Sau khi trẻ hết triệu chứng dị ứng hoặc ít nhất sau 06 tháng ăn giới hạn, chuyển sang chế độ ăn giới hạn tương đối.
- Trẻ chỉ ăn lại chế độ ăn bình thường sau khi đã làm test thử thách thực phẩm qua đường miệng âm tính.

CHẾ ĐỘ ĂN GIỚI HẠN TUYỆT ĐỐI

Chế độ ăn Giới Hạn là Chế độ ăn tránh các thức ăn GÂY DỊ ỨNG ngay khi phát hiện trẻ có biểu hiện dị ứng là phương pháp tối ưu để ngừa bệnh cho tương lai.

Nếu trẻ được cách ly khỏi đạm sữa bò và một số thức ăn gây dị ứng thì sau này trẻ có thể dung nạp lại được thức ăn đó và hết dị ứng.

TINH BỘT

Ăn bột gạo đơn thuần (không chứa sữa), sau đó ăn cháo, cơm. Không ăn nếp, yến mạch, đại mạch, bột mì, ngũ cốc...



CHẤT ĐẠM



- Ăn thịt heo, các loại cá nước ngọt (cá lóc, cá trê, cá rô, cá điêu hồng, cá tra...), lươn, ếch.
- KHÔNG ăn trứng, thịt bò, sữa bò, cua biển, cá biển, tôm biển, tép đồng, cua đồng, thịt gia cầm... và cả những chế phẩm làm từ các loại thức ăn này.
- Trẻ uống sữa công thức phải dùng sữa bò thủy phân tích cực



CHẤT BÉO

- Ăn mỡ heo và dầu oliu.
- KHÔNG ăn dầu mè, dầu phộng, dầu đậu nành.



Mỡ heo



Extra Virgin

CHẤT XƠ VÀ VITAMIN

- Ăn các loại lá, trái cây: cam, bưởi, dưa hấu ...
- KHÔNG ăn các loại hạt như nhóm họ đậu (đậu nành, đậu phộng, đậu xanh, đậu đen, đậu đỏ...), bắp... và các loại củ như khoai tây, khoai lang...



Công Ty Cổ Phần Dịch Vụ Y Tế **Kinderhealth**



<https://www.kinderhealth.vn>



37 Cao Triều Phát, P. Tân Phong, Q. 7



0919 978 168 - Tổng đài: 0908 565 168



180 Trương Công Định, P. 14, Q. Tân Bình



0911 565 168 - Tổng đài: 0908 565 168

DI ỨNG ĐẠM SỮA BÒ

CHẾ ĐỘ ĂN GIỚI HẠN TƯƠNG ĐỐI

- Là chế độ ăn chỉ tránh sữa bò - trứng và các chế phẩm từ 2 loại thực phẩm này.
- Thời điểm áp dụng: Sau khi trẻ hết triệu chứng dị ứng hoặc ít nhất sau 06 tháng ăn giới hạn.

CÁCH ÁP DỤNG



1. Đầu tiên nên thử nhóm ít gây dị ứng trước (như cá nước lợ, tép đồng, cua đồng, thịt gia cầm...) sau đó hãy thử nhóm nguy cơ dị ứng nhiều (hải sản, thịt bò...)
2. Mỗi tuần thử 01 món, nên cho bé hoặc mẹ ăn dịp cuối tuần 1 loại thức ăn mới với lượng thức ăn theo tuổi, sau đó trong tuần ăn giới hạn tuyệt đối trở lại (chỉ ăn những thức ăn đã quen thuộc).
3. Theo dõi dấu hiệu dị ứng trong ít nhất 1 tuần vì triệu chứng có thể xuất hiện muộn chứ không phải xuất hiện ngay sau ăn.
4. Nếu có dấu hiệu dị ứng trở lại, phải tiếp tục kiêng loại thức ăn đó.
5. Nếu không có triệu chứng dị ứng, có thể ăn lại loại thức ăn đó.
6. Tiếp tục tuần sau lại thử tiếp loại thực phẩm khác...

VẤN ĐỀ DI ỨNG Ở TRẺ BÚ SỮA MẸ

- Trẻ bú mẹ mà bị dị ứng thì gọi là Dị ứng thức ăn
- Những trẻ như thế tiên lượng nặng hơn trẻ dị ứng khi bú sữa bò, vì trẻ rất nhạy cảm, dị ứng với cả những peptide có trọng lượng phân tử rất thấp, và dị ứng đa dị nguyên (dị ứng thức ăn) chứ không dị ứng đơn thuần một dị nguyên như trẻ bú sữa bò.

NGUYÊN TẮC ĐIỀU TRỊ

Mẹ phải kiêng không ăn sữa bò, thịt bò, trứng, đậu nành, đậu phộng, hải sản và các sản phẩm chứa những loại thức ăn này cho đến khi hết cho con bú. Thường phải sau 4 - 8 tuần triệu chứng dị ứng mới cải thiện.

Nếu triệu chứng dị ứng nặng và mẹ không đủ kiên nhẫn chờ đợi, phải áp dụng chế độ ăn giới hạn tuyệt đối: **NGỪNG BÚ MẸ** hoàn toàn, cho trẻ uống sữa thủy phân tích cực trong 2 - 4 tuần.

Trong thời gian này, nếu mẹ vẫn mong muốn cho con bú sữa mẹ lại, mẹ tiếp tục ăn giới hạn và vắt bỏ sữa mỗi 4 giờ để duy trì nguồn sữa. Sau 2 - 4 tuần thử cho trẻ bú lại sữa mẹ, nếu triệu chứng dị ứng không nặng hơn, trẻ có thể bú mẹ lại và mẹ tiếp tục ăn kiêng đến khi ngưng cho con bú. Ngược lại, trẻ phải ngưng bú mẹ luôn và uống sữa thủy phân tích cực hoàn toàn.

Công Ty Cổ Phần Dịch Vụ Y Tế **Kinderhealth**



<https://www.kinderhealth.vn>



37 Cao Triều Phát, P. Tân Phong, Q. 7



0919 978 168 - Tổng đài: 0908 565 168



180 Trương Công Định, P. 14, Q. Tân Bình



0911 565 168 - Tổng đài: 0908 565 168