

Dzieje się!!!

Nowe wytyczne w alergologii i gastroenterologii a karmienie piersią

dr hab. n. med. Piotr Dziechciarz

Klinika Pediatrii Warszawski Uniwersytet Medyczny

It's Happening!!!

New Allergy and Gastroenterology Guidelines & Breastfeeding

Piotr Dziechciarz, MD, PhD

Pierwszy rok życia dziecka jest kluczowym okresem dla kształtowania tolerancji immunologicznej na pokarmy. W ostatnim czasie opublikowano nowe wytyczne, które modyfikują podejście do niemowląt karmionych piersią podejrzewanych o alergię na pokarmy oraz rekomendują wczesne wprowadzanie pokarmów uzupełniających jako strategię profilaktyki alergii.

1. Alergia na pokarm u dzieci karmionych piersią

- **Mała częstość występowania**

Badania epidemiologiczne wskazują, że alergia na pokarm u niemowląt karmionych wyłącznie piersią zdarza się bardzo rzadko (0,4-0,8% w populacji niemowląt). Składniki immunomodulujące mleka matki — m.in. sIgA i oligosacharydy — sprzyjają rozwijaniu tolerancji na alergen pokarmowe.

- **Kwalifikacja do diagnostyki w kierunku alergii na pokarm**

Izolowane objawy ze strony przewodu pokarmowego, takie jak ulewania czy kolka, nie uzasadniają badania pod kątem alergii na pokarm.

- **Próba eliminacji i prowokacji**

Tylko w wyselekcjonowanych przypadkach, przy bardzo nasilonych objawach niereagujących na konwencjonalne postępowanie lub przy objawach przynajmniej z dwóch układów sugerujących alergię, można rozważyć 2-4 tyg. diagnostyczną próbę eliminacji i prowokacji — najlepiej pod nadzorem osoby mającej doświadczenie w diagnostyce alergii na pokarmy.

2. Kontrowersje wokół wprowadzania pokarmów uzupełniających

- **Czas wprowadzania pokarmów uzupełniających**

Rekomendacje różnią się między sobą pod względem wyznaczonego optymalnego momentu rozszerzania diety niemowląt.

- **Korzyści wczesnego wprowadzania (> 4. miesiąc życia)**

Badania przeprowadzone w ostatnich latach wskazują, że wczesne wprowadzenie wybranych pokarmów (np. jaja, orzeszki ziemne) może zmniejszać ryzyko wystąpienia reakcji alergicznych. Dlatego ostatnio opublikowane rekomendacje organizacji naukowych z krajów wysoko rozwiniętych wskazują na korzyści z wczesnego wprowadzenia pokarmów uzupełniających.

- **Znaczenie zróżnicowanej diety**

Urozmaicona dieta uzupełniająca w drugim półroczu życia może mieć wpływ na tolerancję pokarmową. Opublikowano już kilkanaście prac potwierdzającą tę hipotezę, konieczne są jednak dalsze badania, aby lepiej ocenić wpływ różnorodności diety na występowanie alergii.

Wnioski:

1. Alergia na pokarm u dzieci karmionych wyłącznie piersią występuje niezwykle rzadko i nie powinna być podejrzewana przy łagodnych, izolowanych objawach żołądkowo-jelitowych.
2. Przy podejrzeniu alergii w ściśle wyselekcjonowanych przypadkach należy przeprowadzić próbę eliminacji i prowokacji pod kontrolą osoby mającej doświadczenie w interpretacji wyników tej próby.
3. Wczesne wprowadzanie niektórych pokarmów uzupełniających – po ukończeniu 4. mż. – może odgrywać istotną rolę w profilaktyce alergii.
4. Zróżnicowanie diety uzupełniającej jest obiecującym czynnikiem wspierającym rozwój tolerancji immunologicznej, jednak do wydania rekomendacji niezbędne są dalsze badania.