الوقاية تبدأ من المهد: أطعمة تقلل خطر الحساسية الغذائية للأطفال

ساعدت دراسة جديدة أجراها علماء أستراليون، في اكتشاف طريقة تقلل خطر تطور الحساسية الغذائية عند الأطفال.

وكشفت الدراسة، أن "بعض التوصيات الطبية كانت تشير سابقًا إلى ضرورة تأخير تقديم الأطعمة المسببة للحساسية، مثل البيض والفول السوداني، حتى يبلغ الطفل عامه الأول، خصوصًا إذا كان هناك تاريخ عائلي للإصابة بالحساسية الغذائية، لكن دراسة حديثة دحضت تلك المعتقدات".

وبحسب الدراسة التي أجراها باحثون من معهد أبحاث الأطفال الأسترالي، تبيّن أن "إدخال البيض ومعجون الفول السوداني إلى النظام الغذائي للطفل في عمر يقارب الستة أشهر يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر إصابته بحساسية غذائية خطيرة".

وخلال الدراسة، "قارن الباحثون بين مجموعتين من الأطفال ينتمون إلى عائلات معرضة لخطر مرتفع للإصابة بالحساسية الغذائية، في إحدى المجموعتين، تم إدخال البيض والفول السوداني إلى النظام الغذائي للأطفال بعد عمر عشرة أشهر، بينما أُدخلت هذه الأطعمة إلى النظام الغذائي للمجموعة الأخرى في عمر يقارب الستة أشهر".

وتبيّن للباحثين، أن "الأطفال الذين حصلوا على هذه الأطعمة في سن مبكرة انخفضت لديهم نسبة الإصابة

بحساسية البيض من 12% إلى 3%، كما انخفضت نسبة الإصابة بحساسية الفول السوداني من 6% إلى 1%".

وشدد الباحثون على "أهمية إيصال هذه الإرشادات الجديدة إلى الآباء بشكل عاجل وواضح"، مشيرين إلى، أن "زيادة وعي العائلات بهذه التوصيات قد يؤدي إلى انخفاض معدلات انتشار الحساسية الغذائية في المجتمع بشكل عام".