

新生兒過敏病



新生兒過敏症：

如眾所周知，過敏症有家族傾向，對於家中已有過敏兒的家長更想知道如何讓下一胎避免過敏的產生，有何方法可以減少或延遲其家中的新生兒產生過敏症的情形。

預防食物過敏：

預防食物過敏最主要的方法就是對於新生兒不要讓其太早去攝取可能會引起過敏症狀的食物，因為新生兒對於食物的敏感程度可能比較大嬰兒為高。建議哺育母乳6個月，若無法哺育母乳，又擔心嬰兒過敏，那麼可以試試水解蛋白的配方奶粉。

在嬰兒滿六個月後再開始添加固體食物。對於六到十二個月的嬰兒，可以嘗試加入蔬菜，米飯，肉類及水果。要記住一次只能加入一種新的食物，這樣若嬰兒出現過敏症狀時，我們才知道罪魁禍首是那一種食物！一歲之後，則可再加入鮮奶，小麥，玉米，豆類和等（二週一種或一個月一種）。二歲

之後，才開始加入蛋類，花生及海鮮類。利用以上之方法，可以減少或延緩父母有過敏症狀的嬰兒發生食物過敏或濕疹。

預防吸入性過敏：

剛出生的新生兒若暴露於塵蟎或有養貓的環境中，則易發生對這些東西的過敏。因此，應避免使用地毯及絨毛類玩具及物品，不然可考慮用塑膠製品把枕頭及床單罩住，每七到十天用50~60°C熱水清洗衣物或洗完烘乾；避免室內濕度太高，則可減少塵蟎過敏。相同地，有家族過敏史的嬰兒，出生後的前幾年內，家中最好不要飼養寵物以免引起對動物皮膚的過敏。

預防氣喘：

氣喘病是過敏性疾病的一種，所以在嬰兒時期接觸塵蟎的頻率較少的嬰兒，發生過敏性氣喘的機會也比較低。因此，積極控制塵蟎可減少氣喘及上呼吸道過敏的發生。同樣地，嬰兒期若處在飼養寵物的環境中，以後發生氣喘的機會會提高。

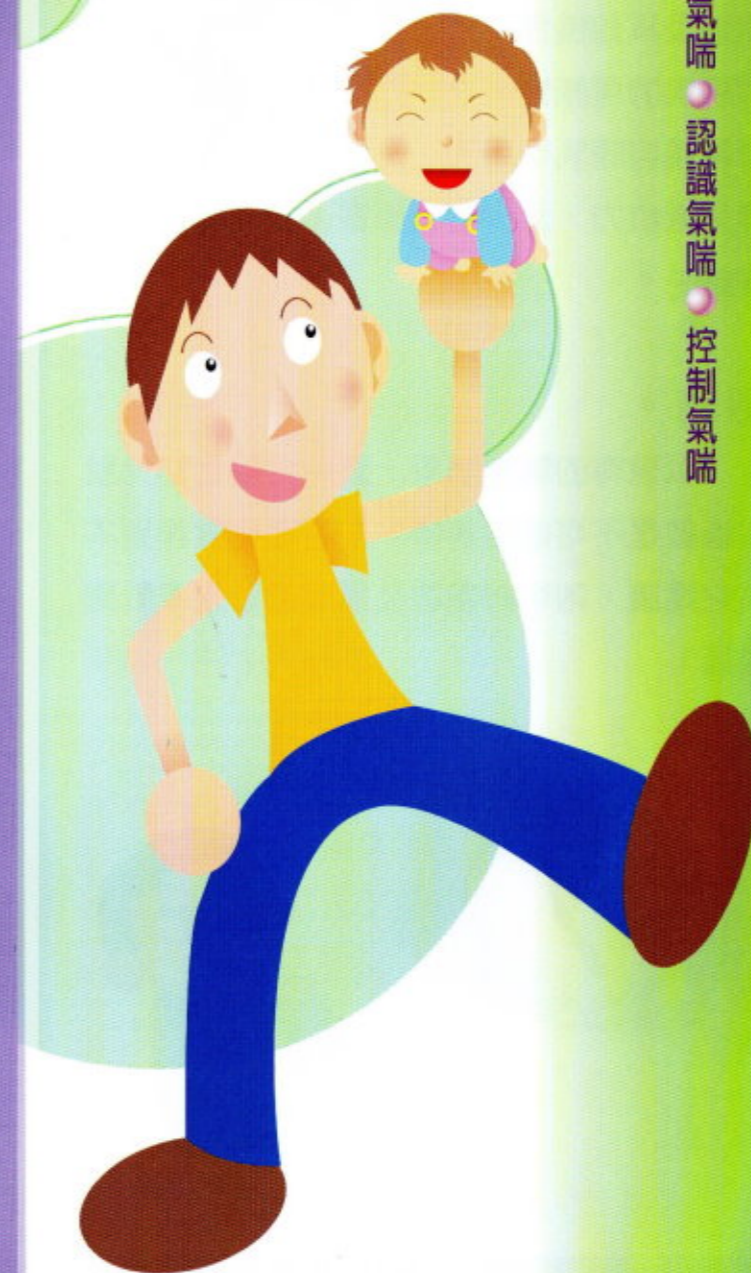
此外，母親若於懷孕期間抽煙，會增加嬰兒出現喘鳴的機會。兒童若處在充滿二手煙的環境中，將增加日後發生氣喘及其他慢性肺疾病的可能性。母親親自哺乳可增加嬰兒抵抗力，減少嬰兒感冒，從而降低氣喘的發生。

結論：

以現有的醫療水平，要完全阻止幼兒發生過敏是不可能的事情。但若切實作到本文之建議，則可將過敏及氣喘的發生率降到最低！



快樂呼吸 享受成長



● 關懷氣喘 ● 認識氣喘 ● 控制氣喘

新生兒過敏病



林口長庚兒童過敏氣喘中心
Pediatric Allergy and Asthma Center

地址：桃園縣龜山鄉復興街5號L棟B1 兒童過敏氣喘中心衛教室
電話：03-3281200-8770
網址：www.allergy.org.tw

長庚醫院兒童過敏氣喘風濕科
林口長庚兒童過敏氣喘中心
基隆長庚醫院小兒科

共同發行