

澳洲初步研究顯示：嬰兒提早食用蛋製品 有助於降低食物過敏機率

駐澳大利亞代表處文化組

依據澳洲爾本大學(University of Melbourne)與澳洲梅鐸兒童研究所(Murdoch Childrens Research Institute)聯合做的一項「提早供給食用蛋類是否能預防嬰兒蛋類過敏」(Can early introduction of egg prevent egg allergy in infants)研究顯示，延緩食用蛋類的嬰兒較提早食用蛋類的嬰兒患有食物過敏的機率要高出 5 倍。嬰兒對蛋類過敏是普遍常見的情況，會導致嘔吐、腹瀉或蕁麻疹，最嚴重情況會造成過敏性反應(anaphylaxis)。這項研究以取樣於位於墨爾本免疫中心 2,589 名 11 到 15 個月大的嬰兒做為研究對象。

從事這項研究的澳洲梅鐸兒童研究所主要過敏研究員暨維多利亞州皇家兒童醫院(Royal Children Hospital)的兒科醫生艾倫副教授(Associate Professor Katie Allen)與墨爾本大學柯普琳(Jennifer Koplin)表示，這項研究顛覆兒童不宜過早食用蛋類的傳統看法。

該研究發現，排除家庭中是否有過敏歷史的因素，比較 4 到 6 個月大的嬰兒開始食用蛋類患有食物過敏的機率比延後到 10 至 12 個月大的嬰兒才食用蛋類要來的低。

此外，食用蛋類食品的方式也會影響嬰兒抗過敏的能力。嬰兒食用水煮蛋、炒蛋、煎蛋或蒸蛋可增強抗過敏防禦力，而食用含有蛋類的再製品如蛋糕或餅乾的效果則不佳。

去(2009)年澳洲、美國及英國的嬰兒餵食指南(Infant Feeding Guidelines)中提及，父母若在嬰幼兒到 2 至 3 歲後才餵食蛋類、花生或其他可能引發過敏的食物，嬰幼兒患上食物過敏的機會就更高。

這項研究同時發現嬰兒對蛋類過敏與母乳餵養或初次餵食嬰兒固體食物並無任何關聯。艾倫副教授表示，這個結果仍需採取進一步的研究。

食物過敏多發生在幼兒時期，對嬰兒及家長的生活都有極大的影響。即使孩童長大後對蛋類過敏會逐漸消失，而之後得到氣喘、過敏性鼻炎或花生及堅果類食物過敏的機會更大，這將造成終生的影響。

Source： 2010 年 10 月 05 日

www.sciencealert.com.au/news/20100510-21383-2.html

2010 年 10 月 The Journal of Allergy and Clinical Immunology,
Volume 126, Issue 4, Pages 807-813