Bayi Nutrisi
Article

Kenali 7 Ciri-Ciri Bayi Alergi Susu Sapi Berikut Ini!

JUL 2, 2024

Tahukah Mam soal alergi susu sapi pada Si Kecil? Alergi susu adalah respons sistem kekebalan tubuh yang tidak lazim terhadap susu dan produk yang mengandung susu. Ini adalah salah satu alergi makanan yang paling umum terjadi pada anak-anak, tidak terkecuali bayi. Tapi apa ya ciri bayi alergi susu sapi?

Apa Penyebab Alergi Susu?

Alergi susu yang umum disebabkan oleh susu sapi. Tetapi, sebenarnya susu domba, kambing, kerbau, dan mamalia lainnya juga dapat menyebabkan reaksi alergi.

Reaksi alergi biasanya terjadi segera setelah seseorang mengkonsumsi susu. Tanda dan gejala alergi susu sapi berkisar dari ringan hingga berat dan dapat mencakup mengi, muntah, gatal-gatal, dan masalah pencernaan. Alergi susu juga dapat menyebabkan anafilaksis - reaksi yang parah dan mengancam jiwa.

Alergi susu sapi bisa menyerang siapa saja dari berbagai usia, tapi lebih sering terjadi pada usia di bawah 16 tahun. Alergi susu sapi juga dapat terjadi pada bayi yang diberi produk susu dari bahan dasar susu sapi dan bayi yang disusui (ASI) Kondisi alergi susu terjadi pada sekitar dua hingga tiga persen dari semua bayi di Indonesia.

Jadi apa penyebab Si Kecil mengalami kondisi alergi susu sapi? Pada bayi yang memiliki alergi susu sapi, protein dalam susu menyebabkan sistem kekebalan tubuh bereaksi secara berlebihan. Dua jenis protein utama dalam susu yang bisa jadi penyebab alergi susu sapi, antara lain:

- **Kasein**, yakni produk sampingan dari susu ketika susu membusuk dan berubah menjadi padat (mengental). Mam juga dapat menemukannya dalam keju dan yoghurt. Kasein menyumbang sekitar 80 persen protein dalam susu, dan memberikan warna putih pada susu.
- Whey, sebagian dari protein susu saat mengental. Whey menyumbang 20 persen protein dalam susu.

Bayi yang punya alergi pada susu sapi mungkin alergi terhadap salah satu atau kedua protein tersebut.

7 Ciri Bayi Alergi Susu Sapi

Gejala alergi susu berbeda pada setiap orang. Tetapi, ada beberapa gejala umum yang menunjukkan seseorang mengalami alergi susu sapi. Setidaknya ada 7 ciri-ciri alergi susu sapi pada bayi yang bisa dilihat dari kondisi tubuhnya, di antaranya:

- **Kulit:** Biduran, ruam kulit yang sering kali sangat gatal, sering kali diakibatkan oleh reaksi alergi terhadap makanan atau sesuatu yang disentuh. Biduran dapat hilang dengan cepat (biduran akut) atau bertahan lama (biduran kronis).
- **Paru-paru:** Kesulitan bernapas, sesak napas, batuk atau mengi.
- **Mata:** Mata gatal, berair atau kemerahan.
- **Tenggorokan:** Tenggorokan terasa sesak, kesulitan bernapas atau menghirup.
- **Sistem pencernaan:** Perut terasa mual, muntah berulang, sakit perut dan kram, atau diare.
- **Hidung:** Hidung tersumbat, keluarnya cairan bening yang berlebihan, bersin-bersin atau gatal.
- **Sistem saraf:** Terjadi perubahan perilaku atau suasana hati, pusing.

Dalam kasus yang lebih parah, alergi bisa menyebabkan reaksi berbahaya seperti penurunan tekanan darah lho, Mam.

Dalam beberapa kasus, ciri alergi susu sapi pada bayi tidak muncul seketika setelah Si Kecil minum susu. Gejala alergi biasanya akan muncul dalam waktu yang lebih lama setelah mengonsumsi susu.

Baca Juga: Alternatif Menu MPASI untuk Cegah Alergi Salmon

Pantangan Bayi yang Alergi Susu Sapi

Jika Si Kecil didiagnosis memiliki alergi terhadap susu sapi, sebaiknya Mam berkonsultasi tentang pantangan makanan yang mungkin perlu dihindari. Beberapa jenis makanan yang umumnya perlu dihindari pada bayi yang punya alergi susu sapi di antaranya:

- Susu sapi dalam berbagai bentuk, termasuk susu kental manis, susu bubuk, maupun susu evaporasi.
- Susu dari mamalia lain seperti susu domba atau kambing.
- Produk olahan susu seperti butter, keju, yogurt, dan krim.

Mam juga perlu memperhatikan roti maupun ice cream yang diberikan pada Si Kecil. Pastikan tidak mengandung susu maupun produk turunannya.

Jika Mam menyusui dan dokter menemukan gejala atau ciri bayi alergi susu sapi pada

Si Kecil, maka ada kemungkinan Mam harus mengganti susu sapi atau makanan dan minuman mengandung susu sapi yang Mam konsumsi saat menyusui.

Jika ASI tidak bisa diberikan karena indikasi medis dan bayi mengonsumsi susu formula atas anjuran tenaga kesehatan, Mam bisa bertanya kepada dokter anak soal mengubah susu formula yang biasa dikonsumsi.

Bagi bayi alergi susu sapi, beberapa jenis susu formula alternatif sebagai pengganti, antara lain,

1. Susu dengan protein terhidrolisis parsial. Protein susu sapi dalam susu formula ini dipecah jadi komponen yang lebih kecil.
2. Susu berbahan dasar kedelai atau soya. Sebagai catatan, susu berbasis soya tidak dianjurkan untuk bayi di bawah 6 bulan. Meskipun tidak mengandung susu sapi, tetapi bisa saja terjadi reaksi silang antara protein susu sapi dengan protein kedelai.

Lama penggunaan susu produk alternatif tergantung keparahan gejala, usia, dan kadar IgE spesifik.

Sebagai salah satu pilihan pencegahan alergi susu sapi pada bayi adalah dengan memberikan susu terhidrolisis parsial (pHF) pada bayi yang lahir dalam keluarga dengan penyakit atopik.

Yang terpenting, sebelum mengambil keputusan, silakan konsultasikan dengan dokter anak ya Mam. Tujuannya, agar nutrisi si Kecil tetap terpenuhi dan alergi susu sapi bisa teratasi.

Umumnya, alergi susu sapi akan sembuh seiring bertambahnya usia. 50 persen bayi yang mengalami alergi susu sapi sembuh pada usia 1 tahun. Bahkan, lebih dari 75 persen alergi susu sapi sembuh pada usia 3 tahun.

Itu tadi beberapa hal mengenai ciri bayi alergi susu sapi yang perlu Mam ketahui. Semoga membantu ya!

Source :

Mayo Clinic - Milk allergy - Symptoms & causes. Dari mayoclinic.org/diseases-conditions/milk-allergy/symptoms-causes/syc-20375101. Diakses 28/12/ 2023

Cleveland Clinic - Milk Allergy: Causes, Symptoms, Diagnosis & Treatment. Dari my.clevelandclinic.org/health/diseases/11315-milk-allergy. Diakses 28/12/ 2023

Kemenkes RI - Alergi Susu Sapi Pada Anak. Dari yankes.kemkes.go.id/view_artikel/914/alergi-susu-sapi-pada-anak. Diakses 28/12/ 2023

WebMD - Milk Allergy: Products to Avoid, Foods With Milk In Them and Tips. Dari webmd.com/allergies/milk-allergy. Diakses 28/12/ 2023

Children's Hospital of Philadelphia - Milk Allergies. Dari chop.edu/conditions-diseases/milk-allergies, Diakses 28/12/2023

HealthyChildren.org - Cow’s Milk Alternatives: Parent FAQs. Dari healthychildren.org/English/healthy-living/nutrition/Pages/milk-allergy-foods-and-ingredients-to-avoid.aspx. Diakses 28/12/2023

IDAI - Susu Formula Alternatif untuk Alergi Susu Sapi. Dari idai.or.id/artikel/klinik/pengasuhan-anak/susu-formula-alternatif-untuk-alergi-susu-sapi. Diakses 28/12/2023

Bagikan sekarang