

# Tips Mengatasi Alergi Dingin Pada Anak yang Perlu Diketahui

JUL 8, 2024

Jika Mam atau Pap memiliki riwayat alergi, anak-anak mungkin juga berpotensi memiliki alergi tersebut.

Alergi sendiri berkaitan erat dengan sistem imun sebagai reaksi membela diri untuk melawan saat ada zat tertentu atau alergen sebagai pemicunya. Contoh alergen adalah makanan, serbuk sari tanaman, obat-obatan, debu, dan cuaca dingin.

Bagi orang yang memiliki alergi, alergi dapat menyebabkan gejala yang mengganggu seperti peradangan pada kulit, sinus, saluran udara, atau sistem pencernaan.

Artikel ini akan membahas alergi dingin pada anak. Mulai dari gejala, penyebab, hingga cara mencegah timbulnya reaksi alergi dingin pada anak. Simak yuk Mam.

## Apa Itu Alergi Dingin?

, Alergi dingin (urtikaria dingin) adalah suatu kondisi yang menyebabkan reaksi alergi terhadap suhu dingin. Kondisi ini lebih mungkin menyerang anak dan remaja dibanding kelompok umur lainnya.

Seseorang dengan urtikaria dingin mungkin mengalami ruam atau gatal-gatal setelah:

- Makan atau minum sesuatu yang dingin.
- Menempatkan es di kulit mereka.
- Berenang atau mandi dengan air dingin.
- Berjalan di luar ruangan dalam cuaca dingin.

Ada dua jenis urtikaria dingin:

### 1. **Acquired cold urticaria**

Disebut juga urtikaria dingin esensial. Jenis ini terjadi pada seseorang yang

tidak memiliki riwayat penyakit dalam keluarga. Gejala biasanya muncul beberapa menit setelah terpapar dingin, seperti gatal, kemerahan, benjol, atau bisa juga demam. Gejala tersebut cenderung hilang dalam satu atau dua jam.

## 2. **Urtikaria dingin familial**

Disebut juga urtikaria dingin hereditier. Jenis ini diturunkan dalam keluarga. Gejala mungkin memerlukan waktu lebih lama untuk muncul (dari 30 menit hingga 48 jam setelah terpapar) dan gejala bisa bertahan 1-2 hari.

Faktanya Mam, alergi dingin merupakan salah satu pemicu dermatitis atopik atau eksim kering. Ini adalah peradangan kulit yang ditandai dengan kulit kering, gatal secara terus-menerus, dan ruam merah di kulit.

Kondisi ini muncul pada satu atau beberapa bagian tubuh, tetapi biasanya terjadi di wajah, lengan, dan kaki.

Dermatitis atopik tidak menular dan biasanya muncul pada balita, serta bisa kambuh hingga dewasa. Akan tetapi, dermatitis atopik juga dapat dialami oleh remaja atau dewasa yang tidak pernah mengalami sebelumnya.

**Baca Juga:** [Macam-macam Alergi pada Anak dan Cara Mengatasinya](#)

# Gejala Alergi Dingin

Beberapa menit setelah terpapar dingin, orang yang memiliki alergi dingin bisa merasakan bilur yang terasa gatal dan kulit kemerahan.

Namun, reaksi alergi dingin tersebut bisa berbeda pada setiap orang, ada yang ringan hingga berat.

Berikut ciri-ciri alergi dingin pada anak:

- Area kulit yang terkena dingin terasa gatal.
- Reaksi memburuk saat kulit memanas
- Tangan bengkak saat memegang benda dingin
- Bibir bengkak akibat mengonsumsi makanan atau minuman dingin.

Gejala yang parah mungkin termasuk:

- Respons seluruh tubuh (anafilaksis), yang dapat menyebabkan pingsan, jantung berdebar kencang, pembengkakan pada anggota badan atau batang tubuh, dan syok
- Pembengkakan pada lidah dan tenggorokan, sehingga membuat sulit bernapas.

Gejala alergi dingin muncul tidak lama setelah kulit terkena penurunan suhu udara atau air dingin secara tiba-tiba. Kondisi lembap dan berangin dapat membuat gejala lebih mungkin kambuh.

Reaksi terburuk umumnya terjadi ketika kulit terpapar secara penuh, seperti berenang di air dingin. Reaksi seperti itu bisa mengakibatkan hilangnya kesadaran dan tenggelam.

## Penyebab Alergi Dingin pada Anak

Alergi dingin bisa menyerang siapa saja, termasuk anak-anak.

Penyebab alergi dingin pada anak dan kebanyakan orang adalah idiopatik atau tidak diketahui penyebabnya. Ada beberapa pemicu alergi dingin, yakni dingin, menggaruk kulit, stres, gigitan serangga, obat-obatan, infeksi, atau kanker darah.

Dalam kasus yang jarang terjadi, anak mungkin terkena alergi dingin karena diturunkan dari anggota keluarga dekat. Jenis ini dapat menyebabkan ruam yang menyakitkan dan gejala mirip flu.

### Cara Mencegah dan Mengatasi Munculnya Reaksi Alergi Dingin

Jika anak Mam memiliki alergi dingin, lebih baik hindari pemicunya. Ini merupakan cara mengatasi alergi dingin pada anak paling manjur. Misalnya, hindari minum minuman dingin atau makan es krim dan menghindari paparan dingin lainnya.

Dokter mungkin meresepkan obat antihistamin untuk mencegah atau mengurangi gejala ringan. Jika antihistamin tidak membantu, anak Mam mungkin akan diresepkan obat lain.

Hal lainnya yang Mam juga harus perhatikan adalah apakah si Kecil juga alergi terhadap hal lain. Saat si Kecil alergi terhadap satu alergen, besar kemungkinan si Kecil juga memiliki risiko alergi terhadap alergen lainnya, seperti risiko alergi susu sapi.

Untuk si Kecil yang memiliki risiko alergi susu sapi, Mam bisa berikan susu terhidrolisa parsial. Penelitian membuktikan konsumsi susu terhidrolisis parsial dapat mengurangi risiko anak terjangkit dermatitis atopik jika dibandingkan dengan anakyang mengonsumsi susu dengan protein utuh.

Itu tadi beberapa informasi mengenai alergi dingin pada anak. Semoga informasinya membantu ya, Mam!

Source :

Mayo Clinic. Allergies. dari [mayoclinic.org/diseases-conditions/allergies/symptoms-causes/syc-20351497](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/allergies/symptoms-causes/syc-20351497). Diakses pada 29/12/2023.

Cleveland Clinic. Cold Urticaria. dari [my.clevelandclinic.org/health/diseases/24629-cold-urticaria](https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/24629-cold-urticaria). Diakses pada 29/12/2023.

Alodokter. Dermatitis Atopik. dari [alodokter.com/eksim-atopik](https://alodokter.com/eksim-atopik). Diakses pada

30/12/2023.

Mayo Clinic. Cold Urticaria. dari [mayoclinic.org/diseases-conditions/cold-urticaria/symptoms-causes/syc-20371046](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/cold-urticaria/symptoms-causes/syc-20371046). Diakses pada 30/12/2023.

WebMD. What is Cold Urticaria. dari [webmd.com/skin-problems-and-treatments/what-is-cold-urticaria](https://www.webmd.com/skin-problems-and-treatments/what-is-cold-urticaria). Diakses pada 30/12/2023.

Allergy Asthma Network. Cold Urticaria. dari [allergyasthmanetwork.org/health-a-z/chronic-urticaria/cold-urticaria](https://allergyasthmanetwork.org/health-a-z/chronic-urticaria/cold-urticaria). Diakses pada 30/12/2023.

Mayo Clinic. Cold Urticaria Diagnosis and treatment. dari [mayoclinic.org/diseases-conditions/cold-urticaria/diagnosis-treatment/drc-20371051](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/cold-urticaria/diagnosis-treatment/drc-20371051). Diakses pada 30/12/2023.

Karger Publishers. The Role of Hydrolyzed Formula in Allergy Prevention | Annals of Nutrition and Metabolism. Dari: [karger.com/anm/article/70/Suppl.%202/38/42373/The-Role-of-Hydrolyzed-Formula-in-Allergy](https://karger.com/anm/article/70/Suppl.%202/38/42373/The-Role-of-Hydrolyzed-Formula-in-Allergy). Diakses pada 29/12/2023

Bagikan sekarang