Ciri-ciri Alergi Susu Sapi pada si Kecil dan Cara Pencegahannya

ANAK

ARTICLE

DES 11, 2024

Penting bagi Mam untuk tahu sejak dini mengenai ciri alergi susu sapi pada si Kecil. Hal ini dikarenakan masalah alergi susu sapi merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum pada anak, di mana ada sekitar satu dari 10 anak di bawah usia 5 tahun mengalami kondisi alergi susu sapi. [1] Untuk mengetahui bagaimana ciri-ciri alergi susu sapi, cara pencegahan, dan apa saja makanan penyebab alergi protein susu sapi, Mam bisa cek informasi berikut ini.

Mengenal Alergi Susu Sapi

Kondisi alergi susu sapi terjadi karena adanya respon abnormal dari sistem kekebalan tubuh yang mengenali protein dalam susu sapi sebagai zat yang berbahaya. Pada anak yang alergi susu sapi, sistem imun menganggap protein dalam susu sapi sebagai zat yang berbahaya, meskipun sebenarnya tidak. Akibatnya tubuh si Kecil yang memiliki alergi ini menimbulkan berbagai reaksi berupa gejala atau ciri-ciri alergi sebagai bentuk pertahanan.

Kenali Ciri Alergi Susu Sapi

Alergi susu sapi dapat memicu berbagai gejala, baik dalam waktu cepat (sekitar 30 menit) setelah mengonsumsi susu maupun dalam hitungan beberapa jam hingga beberapa hari kemudian (reaksi lambat). Berikut beberapa ciri-ciri alergi protein susu sapi yang bisa Mam amati:

1. **Reaksi alergi yang timbul dengan cepat**
   Gejala atau ciri yang ditimbulkan bisa berupa gejala pada kulit, seperti muncul biduran atau ruam, bengkak pada beberapa bagian tubuh, batuk kering, mengi (suara napas yang mirip orang bersiul dan diakibatkan saluran pernapasan menyempit), asma, muntah, hingga bisa menimbulkan anafilaksis (reaksi alergi berat akibat gangguan saluran pernapasan dan penurunan tekanan darah).
2. **Reaksi alergi yang timbul lebih lambat**

Ciri alergi susu sapi yang muncul dalam durasi lebih lambat contohnya adalah dermatitis atopik, diare, BAB bercampur darah, anemia, sembelit, *gastroesophageal reflux disease* (GERD), dan si Kecil jadi tidak nafsu makan.

Apa Bedanya Alergi Susu Sapi dan Inteloransi Laktosa?

Sebagian Mam mungkin masih bingung untuk membedakan antara alergi susu sapi dengan dengan intoleransi laktosa pada si Kecil. Perlu diketahui, inteloransi laktosa adalah ketidakmampuan mencerna laktosa (zat gula dalam susu) akibat kurangnya produksi enzim laktase pada sistem pencernaan anak. Pada intoleransi laktosa, sistem imun tidak terlibat, dan gejala biasanya terbatas pada masalah pencernaan seperti diare, mual, dan kembung dan umumnya tidak berbahaya.

Dengan mengetahui perbedaan ini, Mam bisa lebih memahami kondisi si Kecil dan langkah-langkah yang perlu diambil untuk menangani alergi susu sapi.

Baca Juga: Cara Memilih Susu untuk Bayi Alergi

Tips Pencegahan dan Penanganan Alergi Susu Sapi pada Si Kecil

Dengan mengetahui penyebab dan beberapa ciri gejala alergi susu sapi, ini akan membantu untuk melakukan berbagai langkah penanganannya. Berikut beberapa tips yang bisa Mam lakukan:

1. **Identifikasi segera**
   Saat Mam melihat si Kecil mengalami beberapa gejala alergi susu sapi, jangan tunda untuk segera konsultasi dengan dokter spesialis anak atau spesialis alergi imunologi untuk dilakukan pemeriksaan atau anamnesis alergi lebih lanjut. Dokter juga mungkin melakukan tes seperti tes kulit atau tes darah untuk penegakan diagnosa.
2. **Menghindari produk susu sapi**
   Jika diagnosis mengarah pada alergi susu sapi, langkah utama adalah menghindari semua produk yang mengandung susu sapi, termasuk beberapa makanan penyebab alergi protein susu sapi contohnya keju dan yoghurt, atau puding yang mengandung susu.

   Mam juga perlu berkonsultasi ke dokter saat akan mengganti jenis susu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi si Kecil. 5 Problem alergi susu sapi biasanya akan membaik seiring dengan bertambahnya usia si Kecil dan makin berkurang saat

usia anak memasuki umur 3 tahun.

3. **Nutrisi yang seimbang**
   Menghindari susu sapi dapat menyebabkan kekurangan nutrisi tertentu seperti beberapa jenis vitamin dan mineral, seperti kalsium, riboflavin, dan vitamin D. Oleh karena itu, Mam perlu untuk berkonsultasi dengan dokter atau ahli gizi untuk memastikan si Kecil memperoleh nutrisi cukup dari asupan makanan lain.
4. **Pemantauan dan evaluasi lanjutan**
   Setelah eliminasi susu sapi dari pola makan si Kecil, selanjutnya Mam dan dokter perlu memantau perkembangan gejala alergi si Kecil. Jika gejala membaik, biasanya akan ada fase reintroduksi untuk memastikan apakah susu sapi benar-benar penyebab alergi. Dalam kasus alergi yang lebih parah, mungkin diperlukan rujukan ke spesialis alergi imunologi untuk penanganan lebih lanjut.

Pada anak usia di atas satu tahun yang belum terdiagnosa alergi susu sapi dan memerlukan nutrisi tambahan dari formula pertumbuhan, maka formula terhidrolisis parsial dapat menjadi pilihan.

S-26 Procal GOLD pHPro mengandung protein whey terhidrolisis parsial 50%, 12 vitamin dan 9 mineral. **S-26 Procal GOLD pHPro** juga dilengkapi dengan DHA, omega 3 & omega 6, kolin, zat besi, protein, kalsium, vitamin D & fosfor, serat pangan (Oligofruktosa), vitamin C, selenium, zinc, serta vitamin B kompleks.

Dengan memahami ciri-ciri alergi susu sapi pada si Kecil dan cara pencegahannya, diharapkan Mam bisa memberikan langkah perawatan dan nutrisi yang tepat untuk mengurangi risiko alergi. Jangan ragu untuk selalu menghubungi dokter untuk mendapatkan tindakan medis yang dibutuhkan.

Source :

Pregnancy Birth Baby. Milk allergy and lactose intolerance in babies and children. Retrieved 7/8/2024 from https://www.pregnancybirthbaby.org.au/milk-intolerance-in-babies-and-ch…

Cleveland Clinic. Milk Allergy. Retrieved 7/8/2024 from https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/11315-milk-allergy

Caffarelli C, Baldi F, Bendandi B, Calzone L, Marani M, Pasquinelli P; EWGPAG. Cow's milk protein allergy in children: a practical guide. Ital J Pediatr. 2010 Jan 15;36:5. doi: 10.1186/1824-7288-36-5. PMID: 20205781; PMCID: PMC2823764.

Alodokter. Perbedaan Alergi Susu Sapi dan Intoleransi Laktosa pada Bayi dan Solusinya. Retrieved 7/8/2024

from https://www.alodokter.com/perbedaan-alergi-susu-sapi-dan-intoleransi-laktosa-pada-bayi-dan-solusinya

IDAI. 2014. Diagnosis dan Tata Laksana Alergi Susu Sapi

WebMD. Living With a Milk Allergy . Retrieved 7/8/2024 from https://www.webmd.com/allergies/milk-allergy

IDAI. Mengenali Alergi Susu Sapi pada Anak. Retrieved 7/8/2024 from https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/mengenali-alergi-…

Edwards CW, Younus MA. Cow Milk Allergy. [Updated 2023 Jun 26]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK542243/

Bagikan sekarang