Anak (1-3 tahun)
Artikel

3 Macam Alergi pada Anak yang Paling Sering: Kenali Tanda dan Penanganannya

MEI 29, 2026

3 MINS

Ditulis Oleh: Tim Penulis
Ditinjau Oleh: dr.Vinia Rusli, Sp.A(K)

Kenali macam alergi pada anak, gejala, penyebab, dan cara penanganannya. Pelajari dampaknya pada tumbuh kembang si Kecil serta kapan perlu ke dokter.

Mam, ketika si Kecil tiba-tiba muncul ruam di kulit, bersin terus-menerus, atau mengalami gangguan pencernaan setelah makan sesuatu, hal tersebut bisa jadi merupakan reaksi alergi.

Alergi pada anak adalah kondisi yang cukup umum terjadi, terutama karena sistem imun mereka masih berkembang. Memahami jenis alergi pada anak serta bagaimana mengenali gejalanya akan membantu Mam mengambil langkah yang tepat sejak awal agar tidak mengganggu kesehatan dan kenyamanan si Kecil.

Macam-Macam Alergi pada Anak

Ada berbagai jenis alergi pada anak yang sering terjadi, dan masing-masing memiliki pemicu serta gejala yang berbeda.

1. Alergi Makanan

Salah satu yang paling umum adalah alergi makanan pada anak. Kondisi ini terjadi ketika sistem imun bereaksi terhadap makanan tertentu seperti telur, kacang, seafood, atau susu. Dalam beberapa kasus, alergi susu pada anak juga termasuk dalam kategori ini dan cukup sering ditemukan pada usia dini .

2. Alergi Kulit

Selain itu, ada juga alergi kulit pada anak, yang biasanya ditandai dengan ruam, gatal, atau eksim. Alergi ini bisa dipicu oleh makanan, bahan kimia, atau lingkungan seperti sabun dan deterjen .

3. Alergi Pernapasan

Alergi pernapasan juga termasuk dalam jenis alergi pada anak yang sering terjadi. Contohnya adalah alergi debu pada anak, yang dapat menyebabkan bersin, hidung tersumbat, dan mata berair. Selain itu, ada juga alergi dingin pada anak, yaitu reaksi kulit atau tubuh terhadap suhu dingin yang bisa memicu bentol atau gatal .

Baca Juga : Gejala Alergi Pada Anak dan Cara Mengatasinya

Penyebab Alergi pada Anak

Alergi terjadi ketika sistem imun tubuh si Kecil bereaksi berlebihan terhadap zat yang sebenarnya tidak berbahaya, yang disebut alergen. Penyebabnya bisa beragam, mulai dari faktor genetik hingga lingkungan .

Jika orang tua memiliki riwayat alergi, risiko si Kecil mengalami kondisi serupa akan lebih tinggi. Selain itu, paparan terhadap alergen seperti debu, makanan tertentu, atau perubahan suhu juga dapat memicu reaksi alergi.

Pada kasus alergi makanan pada anak, sistem imun menganggap protein dalam makanan sebagai ancaman. Hal yang sama juga terjadi pada alergi susu pada anak, di mana protein susu sapi sering menjadi pemicu utama.

Sementara itu, alergi debu pada anak biasanya dipicu oleh tungau debu rumah, sedangkan alergi dingin pada anak dipicu oleh paparan suhu rendah yang memengaruhi respons kulit.

Gejala Umum yang Muncul

Setiap alergi memiliki gejala yang berbeda, tetapi ada beberapa gejala alergi pada anak yang umum terjadi .

Gejala tersebut meliputi:

- Ruam atau kemerahan pada kulit
- Gatal-gatal
- Bersin dan hidung tersumbat
- Batuk atau sesak napas
- Muntah atau diare (terutama pada alergi makanan)

Pada alergi kulit pada anak, gejala yang paling sering muncul adalah eksim atau kulit kering

dan gatal. Sementara itu, pada alergi makanan pada anak, gejala bisa muncul segera setelah mengonsumsi makanan tertentu, termasuk pembengkakan pada bibir atau wajah.

Mam juga perlu memperhatikan bahwa gejala alergi pada anak bisa ringan hingga berat. Dalam kasus tertentu, reaksi alergi bisa berkembang menjadi kondisi serius seperti anafilaksis, meskipun jarang terjadi.

Kapan Gejala Alergi Harus Diperiksakan?

Tidak semua alergi memerlukan penanganan medis segera, tetapi ada kondisi tertentu yang perlu diperhatikan. Mam sebaiknya membawa si Kecil ke dokter jika:

- Gejala tidak membaik atau semakin parah
- Mengganggu aktivitas sehari-hari
- Si Kecil mengalami sesak napas
- Terjadi pembengkakan di wajah atau tenggorokan
- Reaksi muncul setiap kali terpapar pemicu tertentu

Jika gejala alergi pada anak muncul berulang, penting untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut agar penyebabnya bisa diidentifikasi dengan jelas.

Apakah Alergi Bisa Memengaruhi Pola Makan dan Tumbuh Kembang Anak?

Jawabannya, bisa, Mam. Alergi, terutama alergi makanan pada anak, dapat memengaruhi pola makan si Kecil karena adanya pembatasan jenis makanan tertentu.

Misalnya, pada alergi susu pada anak, si Kecil mungkin tidak bisa mengonsumsi susu sapi, yang merupakan salah satu sumber nutrisi penting. Jika tidak digantikan dengan alternatif yang tepat, kondisi ini bisa berdampak pada asupan nutrisi.

Selain itu, alergi yang tidak terkontrol juga dapat memengaruhi kualitas tidur dan kenyamanan si Kecil. Hal ini secara tidak langsung dapat berdampak pada proses tumbuh kembangnya.

Begitu juga dengan alergi kulit pada anak atau alergi dingin pada anak yang menyebabkan rasa tidak nyaman terus-menerus, sehingga anak menjadi rewel dan kurang aktif.

Kenali Risiko Alergi Lebih Dini

Mam, memahami risiko alergi sejak awal adalah langkah penting untuk mendukung kesehatan si Kecil. Untuk itu, Mam bisa mencoba melakukan pengecekan mandiri melalui exceptional tools ini, Mam!

Dengan mengetahui potensi risiko alergi, Mam bisa lebih siap dalam mengambil langkah

pencegahan maupun penanganan yang tepat.

Dalam menghadapi berbagai tantangan kesehatan seperti alergi, Mam tidak perlu berjalan sendiri. S-26 ParenTeam hadir sebagai partner terpercaya bagi Mams dan Paps dalam setiap langkah perjalanan tumbuh kembang si Kecil.

Lebih dari sekadar platform parenting, S-26 ParenTeam adalah ruang dukungan berbasis keahlian dari Wyeth Nutrition, yang memadukan informasi nutrisi terpercaya, wawasan parenting, serta exceptional tools untuk membantu memantau pertumbuhan dan proses belajar anak secara menyeluruh.

Memahami berbagai jenis alergi pada anak adalah langkah awal yang penting agar Mam bisa memberikan penanganan yang tepat. Dengan mengenali gejala alergi pada anak, mengetahui penyebabnya, serta memahami dampaknya terhadap tumbuh kembang, Mam dapat membantu si Kecil tetap sehat dan nyaman dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Jika ada tanda-tanda yang mengkhawatirkan, jangan ragu untuk berkonsultasi dengan tenaga medis agar penanganan bisa dilakukan secara optimal.

Pertanyaan Seputar Alergi Pada Anak

1. Apa gejala alergi makanan pada anak?

Gejalanya bisa berupa ruam, gatal, muntah, diare, hingga pembengkakan pada wajah atau bibir setelah makan.

2. Apakah alergi pada anak bisa hilang seiring waktu?

Beberapa alergi bisa berkurang atau hilang seiring bertambahnya usia, tetapi ada juga yang menetap hingga dewasa.

3. Kapan anak perlu dibawa ke dokter alergi?

Jika gejala sering muncul, memburuk, atau mengganggu aktivitas, sebaiknya segera diperiksakan.

Referensi

1. Chad, Z. (2001). Allergies in children. Paediatrics & Child Health, 6(8), 555–566. https://doi.org/10.1093/pch/6.8.555

2. ACAAI. (2023, June 28). Eczema | causes, symptoms & treatment. ACAAI Public Website. https://acaai.org/allergies/allergic-conditions/skin-allergy/eczema/

3. Mayo Clinic. (2019). Dust mite allergy - Symptoms and causes. Mayo Clinic. https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/dust-mites/symptoms-causes/syc-20352173

4. Abbas, M., Moussa, M., & Akel, H. (2023, July 17). Type I hypersensitivity reaction. PubMed; StatPearls Publishing. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560561/

Bagikan sekarang

