文章

餵母乳 有助預防敏感

一般而言，相比餵哺一般牛奶嬰兒配方奶粉，以全母乳餵哺的**BB**出現敏感的風險較低[1]。

母乳是**BB**最天然的食物，對**BB**幼嫩的免疫系統相對較少刺激，構成敏感機會較低。

1 min to read

BB第一口奶 媽媽切勿大意

食物中某些蛋白質可能會是致敏原，牛奶蛋白便是嬰兒最常見的致敏原。

一般嬰兒配方都是以牛奶為主要成份，所以都含牛奶蛋白，有機會令BB患上敏感。因此，若媽媽不能以全母乳餵哺，而使用一般嬰兒配方奶粉，BB就會接觸到大量牛奶蛋白，大大增加敏感風險。

pHF是涵接母乳的防敏選擇

權威機構與專家建議，不能餵哺母乳時，應在醫生指導下挑選經過臨床研究證實、效果明確的pHF水解蛋白配方奶粉。

ESPGHAN[2]（歐洲兒科胃腸病、肝病和營養學會）、EAACI[3] (歐洲過敏和臨床免疫學學會)、法國兒科學會[4]等權威機構，一致強調通過營養干預可有效預防敏感，對於BB極為重要。同時，他們更指出母乳餵哺是最好的選擇，如果無法餵哺母乳，應在BB出生後至少4-6個月內，使用經過臨床研究證實效果明確的pHF水解蛋白配方方奶粉。

1. von Berg, A. , et al. (2008). *J Allergy Clin Immunol, 121*, 1442-1447
2. Høst, A., et al. (1999). *Archives of Disease in Childhood, 81*(1), 80-84.
3. Høst, A., et al. (2008). *Pediatr Allergy Immunol, 19*(1), 1-4.
4. Chouraqui, J.P., et al. (2008). *Arch Pediatr, 15*(4), 431-442.