

تأثیر شیر مادر بر بهبود بیماری های آلرژیک

شیر انسان بهترین منبع تغذیه ای برای شیرخواران در ۶ ماه اول زندگی است. شیردهی مادر در تمام دنیا، به علت مزایای شناخته شده ی آن در مغذی بودن، عملکرد گوارشی مناسب، ایجاد مصونیت فوری در مقابل بیماری های عفونی و سلامت روان کودک، توسط ارگان های دولتی و حرفه ای پزشکی حمایت می شود.

به علاوه، مطالعات اپیدمیولوژیک پیشنهاد می کنند که شیر مادر، اثر محافظتی در مقابل بیماری های التهابی دوران کودکی، بیماری های خودایمنی و بدخیمی ها داشته و بر عملکرد ایمنی بدن تأثیری طولانی مدت دارد.

این مقاله به بررسی تأثیر شیر مادر بر جلوگیری از بیماری های آلرژیک مثل درماتیت آتوپیک، آسم، آبریزش بینی حساسیتی و آلرژی غذایی می پردازد.

خواص ایمونولوژیک شیر مادر

شیر مادر حاوی مواد فعال ایمنی شامل ایمونوگلوبولین ها، آنزیم های ضد میکروبی و گلبول های سفید مختلف است. هم چنین حاوی ترکیبات ضدالتهاب و تقویت کننده ی سیستم ایمنی مثل اسیدهای چرب غیر اشباع با زنجیره ی طویل، فاکتور فعال کننده ی پلاکت، استیل هیدرولاز و اینترلوکین ۱۰ می باشد. به علاوه، آگونیست و آنتاگونیست های مختلف پاسخ ایمنی ذاتی شامل CD-14 و عوامل تعدیل کننده ی علامت دهی گیرنده های toll-like نیز در آن شناسایی شده اند. علی رغم همه ی اینها، در اکثر اوقات ارتباط بین این اجزا با وضعیت آتوپیی در مادر یا شیرخوار مشخص نیست. (آتوپیی: استعداد ژنتیکی برای وقوع واکنش های افزایش حساسیت فوری علیه آنتی ژن های معمول محیطی (آلرژی آتوپیک) که شایع ترین تظاهر آن رینیت آلرژیک است؛ اما به صورت آسم برونشیال، درماتیت آتوپیک یا آلرژی غذایی نیز تظاهر می یابد).

نظریه های زیر به چگونگی امکان تداخل این اجزای ایمنی در شیر مادر با سیستم ایمنی بدن نوزاد می پردازند:

- مطالعه ای در موش ها نشان داد که آلرژن های موجود در هوا که توسط مادر شیرده استنشاق شده و توسط نوزاد از طریق شیر بلعیده می شوند، باعث تحریک القای سلول های T تنظیم کننده و ایجاد تحمل به آلرژنی خاص می شوند. برای این اتفاق، حضور عامل رشد تبدیل کننده (TGF) بتا، ضروری است.
- شیر مادر در عین اینکه ارگانسیم های پروبیوتیک را برای روده ی نوزاد مهیا می کند، سدی علیه ارگانسیم های بیماری زا در روده ایجاد کرده که منجر به عفونت های تحت بالینی (بدون علامت) می گردد و پاسخ های ایمنی ارزشمندی را – بدون التهاب بیش از حد یا تخریب بافتی – ایجاد می کنند.
- تکامل ایمنی روده ی نوزاد هم توسط حضور زودهنگام شیر در روده و هم تغییرات پویایی که در طول دوره ی شیردهی در ترکیبات شیر مادر ایجاد می شود، منجر به تأثیرات پایدار بر عملکرد ایمنی می گردد.
- شیر مادر در مقایسه با شیرخشک – همانطور که در مدل های حیوانی نشان داده شده است – باعث مهار افزایش جذب آنتی ژن های غذایی می شود که علی رغم نامشخص بودن مکانیسم مسئول آن، پس از تولد اتفاق می افتد. مطالعات آینده نگر در انسان ها، هیچ اثر محافظتی از شیر مادر در مقابل حساسیت های شیرخوار، نشان نداده اند. (مثلاً آنتی بادی های علیه تخم مرغ که در شیر مادر وجود دارند، از حساسیت شیرخوار به تخم مرغ جلوگیری نمی کنند).

شیر مادر و درماتیت آتوپیک (اگزما)

مطالعات مشاهده ای بسیاری ارتباط بین شیر مادر و درماتیت آتوپیک را بررسی کرده اند. برخی از آنها با شواهد ضعیفی حاصل از بررسی اثرات شیر مادر در کودکان دو ساله و کوچک تر، تأثیری محافظتی برای آن بیان کرده اند؛ در حالیکه برخی دیگر هیچ ارتباطی را نشان نداده اند و حتی برعکس، تأثیری مضر از شیر مادر را گزارش کرده اند. حتی شدت بیماری بر اساس سابقه ی خانوادگی آتوپی متغیر است. در مجموع، مطالعات پیشنهاد می کنند تغذیه ی انحصاری با شیر مادر برای حداقل سه تا چهار ماه، با کاهش بروز اگزما در کودکان با میزان خطر بالا و یا پایین ابتلا، همراه نیست.

شیر مادر و آسم

مطالعات انجام شده در زمینه ی شیردهی و آسم نیز به نتایج متناقضی رسیده اند. شیردهی انحصاری برای سه تا چهار ماه با کاهش خطر ویزینگ مکرر تا ۶ سالگی همراه است. با این حال، به نظر می رسد شیر مادر در مقابل آسم اثر محافظتی بیشتری در دو سال اول زندگی نسبت به بقیه ی سال های کودکی دارد. اما این پرسش هم چنان باقی است که آیا شیر مادر در شیرخواران پرخطر که آتوپیک هستند و مادران مبتلا به آسم دارند نیز با افزایش خطر ابتلا به آسم همراه است یا خیر.

شیر مادر و آبریزش بینی حساسیتی

در برخی مقالات، ارتباطی مثبت بین شیر مادر و کاهش خطر ابتلا به این نوع آبریزش بینی دیده شده است.

شیر مادر و آلرژی غذایی

مطالعات محدودی در این زمینه وجود دارد و نتایج آنها ممکن است بر اساس متغیرهای رژیم غذایی متفاوت باشد؛ مثل مدت و میزان شیردهی مادر و حضور همزمان درماتیت آتوپیک و آسم در کودک. به دلیل تفاوت زیاد در نتایج مطالعات، می توان در این حد نتیجه گرفت که تغذیه ی انحصاری با شیر مادر در چهار ماه اول زندگی کودک، ممکن است با کاهش حساسیت به شیر گاو در سنین بالاتر کودک همراه باشد.

جمع بندی:

- شیر مادر یک ماده ی ایمنی فعال است و اثرات سودمندی بر عملکرد ایمنی آنی و بلندمدت داشته و می تواند اثر پیشگیرانه ای بر بیماری های آلرژیک داشته باشد.
- بررسی تأثیر شیر مادر بر نوزاد در زمینه های مختلف، به دلیل وجود خطاهای مطالعاتی گوناگون همواره چالش برانگیز بوده و به دلیل متغیرهای بسیار در گروه مورد مطالعه، نمی توان به طور قطعی در مورد نتایج مطالعات نظر داد.
- این نوشته پیشنهاد می کند که شیردهی انحصاری مادر برای سه تا چهار ماه با کاهش بروز اگزما در شیرخواران همراه نیست.

- به نظر می‌رسد شیردهی مادر با کاهش بروز تنگی نفس در دو سال اول زندگی همراه باشد و مکانیسم آن احتمالاً کاهش عفونت‌های تنفسی علامت‌دار است.
- در زمینه‌ی ارتباط شیر مادر با کاهش بروز آبریزش بینی حساسیتی، هنوز مطالعات کافی انجام نشده است.
- تغذیه‌ی انحصاری با شیر مادر در چهار ماه اول زندگی، ممکن است حساسیت به شیر گاو را در کودکی کاهش دهد.

مترجم:

دکتر زهرا عندلیب

Reference address:

<https://www.uptodate.com>

آخرین به روزرسانی: ۹ ژانویه ۲۰۱۸