ប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដី

ប្រយោគបដិសេធៈ ក្រដាសព័ត៌មាននេះមានគោលបំណងសំរាប់ការអប់រំតែប៉ុណ្ណោះ។ សូមពិគ្រោះយោបល់ជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក ឬអ្នកវិជ្ជាជីវៈថែទាំសុខភាព ដើម្បីឲ្យប្រាកដថាព័ត៌មាននេះត្រឹមត្រូវសំរាប់កូនរបស់លោកអ្នក។

តើប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីជាអ្វី?

ប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដី គឺជាប្រតិកម្មដែលកើតមានឡើងយ៉ាងឆាប់រហ័សក្រោយការប៉ះពាល់ត្រូវសណ្តែកដី ឬផលិតផលសណ្តែកដី។ វាបណ្តាលមកពីសារធាតុការពារទប់ទល់នឹងប្រតិកម្មទាស់ IgE ប្រឆាំងនឹងជាតិប្រូតេអ៊ីនសណ្តែកដី។

តើប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីកើតមានជាទូទៅយ៉ាងណាដែរ?

ការស្រាវជ្រាវថ្មីៗនេះបានបង្ហាញថានៅក្នុងសហគមន៍ប៉ែកខាងលិចមានក្មេងប្រហែលជា១នាក់ ក្នុងចំណោមក្មេង២០០នាក់ (០.៥ភាគរយ) មានប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីក្នុងអាយុ៥ឆ្នាំ។ សរុបទៅប្រមាណជា១-២ភាគរយនៃប្រជាពលរដ្ឋមានប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីដែលត្រូវការការព្យាបាល។ ប្រហែលជា៣ភាគរយនៃកុមារត្រូវបានធ្វើតេស្តឃើញថាមានប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីវិជ្ជមាន (ដូចជាតេស្តជោះលើស្បែក) ក៏ប៉ុន្តែមានតែ១ភាគ៣នៃចំនួនទាំងអស់នេះប៉ុណ្ណោះដែលកើតមានប្រតិកម្មលើការបរិភោគសណ្តែកដី។ ការកើតឡើងនៃការទាស់នឹងសណ្តែកដីក្នុងវ័យកុមារភាពគឺខុសប្លែកគ្នាជាខ្លាំងនៅក្នុងប្រទេសផ្សេងគ្នា។ ប្រទេសអូស្ត្រាលីគឺជាប្រទេសមួយដែលមានការរាលដាលកំរិតខ្ពស់នៃការទាស់នឹងសណ្តែកដី។ ប្រសិនបើកូនរបស់លោកអ្នកមានតេស្តវិជ្ជមានមកពីប្រតិកម្មទាស់ ក៏ប៉ុន្តែពុំដែលញាំសណ្តែកដីទាល់តែសោះ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកនឹងកំណត់នូវលទ្ធភាពនៃការកើតមានប្រតិកម្ម ប្រសិនបើកុមារត្រូវបានដាក់ឲ្យការប៉ះពាល់ត្រូវសណ្តែកដី ឬផលិតផលសណ្តែកដី។

តើមានរោគសញ្ញាទាស់នឹងសណ្តែកដីអ្វីខ្លះ?

ភាគច្រើននៃប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរទេ ហើយកើតមានកន្ទួលតូចៗនៅជុំវិញមាត់ កន្លែងសណ្តែកដីបានប៉ះចំនឹងស្បែក ឬជាទូទៅកន្ទួលច្រើនកើតមាននៅលើផ្នែកដទៃទៀតនៃខ្លួនប្រាណ។ រោគសញ្ញាទូទៅមួយទៀតគឺការចុកពោះ និងការក្អួតដែលកើតមានយ៉ាងឆាប់រហ័សក្រោយការបរិភោគផលិតផលសណ្តែកដី។ ចំពោះក្មេងដែលធ្លាប់មានវេទនារម្មណ៍អាចទៅជាក្អក ការដកដង្ហើមដង្ហក់ មានការពិបាកក្នុងការដកដង្ហើម ឬមានសម្លេងស្អក។ បណ្តាលមកពីប្រតិកម្មទាស់កើតមាននៅក្នុងផ្លូវដង្ហើម។ ក្នុងករណីធ្ងន់ធ្ងរបំផុតអាចកើតមានការដួល និងការបាត់បង់ស្មារតី។ កម្រមានណាស់ដែលបុគ្គលធ្លាប់មានវេទនារម្មណ៍ បានស្លាប់ពីប្រតិកម្មទាស់ធ្ងន់ធ្ងរដែលគេស្គាល់ថាប្រតិកម្មទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ។

តើគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យប្រតិកម្មទាស់នឹងសណ្តែកដីយ៉ាងដូចម្តេច?

ក្នុងករណីភាគច្រើន សញ្ញាគន្លិះអំពីការទាស់នឹងសណ្តែកដីគឺការចាប់ផ្តើមនៃរោគសញ្ញាយ៉ាងឆាប់រហ័សក្រោយពីប៉ះពាល់ត្រូវផលិតផលសណ្តែកដី។ វត្តមាននៃសារធាតុការពាររោគទាស់នឹងសណ្តែកដីមាននៅក្នុងខ្លួន IgE បញ្ជាក់ឲ្យដឹងដោយសារការធ្វើតេស្តជោះលើស្បែកដើម្បីពិនិត្យមើលការទាស់ ឬការធ្វើតេស្តឈាម (ហៅថាតេស្ត RAST)។ វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវដឹងថាមិនមែនគ្រប់ទាំងក្មេងដែលមានតេស្តទាស់វិជ្ជមានត្រូវកើតរោគសញ្ញាបណ្តាលមកពីការប៉ះត្រូវនឹងផលិតផលសណ្តែកដីនោះទេ ហើយការបកស្រាយនៃតេស្តនេះ ត្រូវពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។ ក្នុងករណីខ្លះវាការចាំបាច់ដែលត្រូវបញ្ជាក់ឲ្យដឹង ឬបដិសេធការទាស់នឹងសណ្តែកដី ដោយរៀបចំឲ្យមានការធ្វើតេស្តម្ហូបអាហារក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ វេជ្ជបណ្ឌិតកូនរបស់លោកអ្នកនឹងពិភាក្សារឿងនេះជាមួយលោកអ្នក ប្រសិនបើគេមានអារម្មណ៍ថាជាការចាំបាច់។

តើខ្ញុំត្រូវជៀសវាងកុំឲ្យកូនរបស់ខ្ញុំប៉ះពាល់ត្រូវសណ្តែកដីយ៉ាងដូចម្តេច?

សណ្តែកដីតែងគេរកឃើញមាននៅក្នុងម្ហូបអាហារ ដែលយើងពុំរំពឹងទុកជារៀងរាល់ពេលថាមាននៅក្នុងនោះ។ វាមានប្រយោជន៍ដែលគួរឲ្យដឹងថាតើត្រូវរកមើលវានៅកន្លែងណាខ្លះ។ វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវមានសុភវិនិច្ឆ័យ ហើយអានផ្លាកសំគាល់ម្ហូបអាហារដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។

ត្រូវជៀសវាងម្ហូបអាហារដែលមានដាក់គ្រឿងផ្សំទាំងនេះ:

- សណ្តែកដី សណ្តែកដីកិន សណ្តែកដីដែលអាចធ្វើស្រាបៀរ សណ្តែកដីមានរាងដូចសត្វស្វា
- ប្រេងសណ្តែកដី - ដែលច្របាច់ចេញទាំងស្រស់ ដែលផលិតចេញយ៉ាងរហ័ស (ប្រេង Arachis គឺជាប្រេងសណ្តែកដីសុទ្ធល្អ ហើយមិនទំនងជាមានប្រតិកម្មកើតដល់អស់អ្នកដែលមានការទាស់នឹងសណ្តែកដីទេ)។
- គ្រប់ផលិតផលសណ្តែកដីទាំងអស់ ឧទាហរណ៍ បឺរសណ្តែកដី
- សណ្តែកដីបុក ឬកិនម៉ដ្ឋ – សំរាប់ដាក់ក្នុងទឹកជ្រលក់ ឬលាបពីលើចំណីអាហារ (នំ នំចាវ ការរ៉េមកី) ទឹកជ្រលក់សាតេ ទឹកជ្រលក់សណ្តែកដី។

ពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន សូមពិនិត្យមើលផ្លាកសញ្ញានៅពីលើម្ហូបអាហារដូចតទៅនេះ ដែលអាចមានដាក់ផលិតផលសណ្តែកដីជាគ្រឿងផ្សំ:

- នំ
- នំប៊ីស្គីត
- នំប្រៃ (Crackers)
- នំផាស្ទី (Pastries)
- ម្ហូបអាហារចិន
- ម្ហូបអាហារពួកអាណិកជន
- ម្ហូបអាហារឥណ្ឌូនេស៊ី
- សាច់អាំងគីបាប់ជនជាតិទួរគី (Kebabs)
- ទឹកជ្រលក់លាយសាលាដ៍
- ស៊ុប
- ទឹកជ្រលក់ស្ប៉ៃហ្គេតធី (Spaghetti)
- ម្ហូបអាហារថៃ
- នំផ្អែមមានប្រឡាក់ស្ករបស់ជនជាតិទួរគី
- អាហារពេលព្រឹកធ្វើពីគ្រាប់ធញ្ញជាតិ
- បន្លែមានជាតិប្រូតេអ៊ីនចំរាញ់យកជាតិទឹក និងសាច់ចេញអស់ (HVP & TVP, ធម្មតាសណ្តែកសៀង)
- ឆ្កូឡេត
- នំមានលាយគ្រាប់ឈើច្រើនមុខ ឧទាហរណ៍ muesli bars
- ការ៉េមគី
- នំ Marzipan
- នំ Nougat

តើប្រេងសណ្តែកដីមានគ្រោះថ្នាក់ឬទេ?

បញ្ហាជាមួយការទាស់នឹងសណ្តែកដីគឺជាតិប្រូតេអ៊ីន មិនមែនប្រេង (ខ្លាញ់) មាននៅក្នុងសណ្តែកដីនោះទេ។ នៅក្នុងការសិក្សាស្រាវជ្រាវតូច ប្រេងសណ្តែកដីដែលចំរាញ់បានបង្ហាញឲ្យឃើញថាមានសុវត្ថិភាព។ ប្រេងសណ្តែកដីដែលយកចេញពីប្រដាប់សង្កត់ មានជាតិប្រូតេអ៊ីនសណ្តែកដី ហើយត្រូវចៀសវាងវា។ គួរឲ្យសោកស្តាយ ដោយព្រោះជាញឹកញាប់វាមានការពិបាកក្នុងការធានាថាតើប្រេងត្រូវបានចំរាញ់គ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីយកចេញនូវសារធាតុប្រូតេអ៊ីនសណ្តែកដីតិចតួចទាំងអស់ឬទេ។ ជាញឹកញាប់ ការចៀសវាងប្រេងសណ្តែកដីត្រូវបានណែនាំឲ្យមាន ជាពិសេសសំរាប់អស់អ្នកដែលមានប្រតិកម្មគំរាមកំហែងដល់ជីវិតយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ។

ចុះចំណែកឯម្ហូបអាហារមានផ្លាកសញ្ញាប្រាប់ថា "អាចមានសារធាតុសណ្តែកដីបន្តិចបន្តួច "?

ម្ហូបអាហារជាច្រើនមានការព្រមាននៅលើផ្លាកសញ្ញា "អាចមានសារធាតុសណ្តែកដីបន្តិចបន្តួច "។ ធម្មតាការនេះបញ្ជាក់ថា ម្ហូបអាហារបានធ្វើនៅក្នុងកន្លែងម្ហូបអាហារដែលមានជាតិសណ្តែកដីដែរ។ ទោះជាយ៉ាងណាក្តី ម្ហូបអាហារអាចមិនមានជាតិសណ្តែកដី។ សូមពិភាក្សាអំពីអ្វីៗដែលត្រូវធ្វើជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។

តើកូនរបស់ខ្ញុំត្រូវការចៀសវាងគ្រាប់ផ្លែឈើប្រភេទដទៃទៀតឬទេ?

ជាញឹកញយ ក្មេងអាចមានប្រតិកម្មទាស់នឹងគ្រាប់ផ្លែឈើប្រភេទខុសគ្នាមួយចំនួន។ ជាញឹកញយគេតែងឆែកមើលគ្រប់ផ្លែឈើខុសគ្នា នៅពេលធ្វើតេស្តជោះស្បែក។ វេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកអាចណែនាំកូនរបស់លោកអ្នកឲ្យចៀសវាងផ្លែឈើគ្រប់ប្រភេទទាំងអស់ ដោយអាស្រ័យទៅលើលទ្ធផលតេស្តរបស់កូនលោកអ្នក ប្រភេទនៃប្រតិកម្ម និងប្រវត្តិសុខភាពគ្រួសារ។ វាជាការសំខាន់ដែលត្រូវពិភាក្សារឿងនេះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់កូនលោកអ្នក។ ការចម្លងរោគអាចកើតមាននៅក្នុងរោងចក្រផលិត ជាកន្លែងដែលគ្រាប់ផ្លែឈើប្រភេទខុសគ្នាត្រូវបានកែឆ្នៃ។ តាមធម្មតា ការចៀសវាងនូវគ្រាប់ផ្លែឈើទាំងអស់គឺជារបៀបចាត់ការដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុត។

តើ EpiPen ជាអ្វី?

EpiPen គឺជាឧបករណ៍ពេលមានអាសន្នសំរាប់ចាក់បញ្ចូលជាតិអាដ្រេណាលីន (adrenaline) មួយដងទៅក្នុងសាច់ដុំក្រោមស្បែក។ គេប្រើថ្នាំនេះដើម្បីព្យាបាលប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរទាស់នឹងផលិតផលសណ្តែកដី។ ថ្នាំអាដ្រេណាលីន ជួយធ្វើឲ្យប្រតិកម្មទាស់ដ៏ធ្ងន់ធរត្រឡប់ថយក្រោយវិញ ហើយអាចជួយសង្គ្រោះជីវិត។ Anapen គឺជាម៉ាកនៃប្រដាប់ចាក់ថ្នាំអាដ្រេណាលីនស្វ័យប្រវត្តិមួយផ្សេងទៀត។

តើកូនរបស់ខ្ញុំគួរយក EpiPen តាមខ្លួនឬទេ?

អ្នកជំនាញខាងប្រតិកម្មទាស់ទាំងអស់យល់ឃើញថា ក្មេងដែលមានប្រតិកម្មទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរទៅនឹងសណ្តែកដីទាក់ទិននឹងផ្លូវដង្ហើមគួរមាន EpiPen។ សេចក្តីត្រូវការសំរាប់ឲ្យក្មេងឯទៀតមាន Epipen គឺអាស្រ័យទៅលើកត្តាមួយចំនួនដែលត្រូវតែពិភាក្សាជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នក។ **ប្រសិនបើលោកអ្នកមាន EpiPen នេះគឺជាការសំខាន់ណាស់ដែលលោកអ្នកត្រូវឲ្យបានដឹងអំពីរបៀបប្រើវា ហើយថាលោកអ្នកមានគំរោងវិធានការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរលើការទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ (Anaphylaxis Action Plan) ដែលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកផ្តល់ឲ្យ។**

តើកូនរបស់ខ្ញុំអាចចៀសវាងការទាស់នឹងសណ្តែកដីនៅពេលវាមានវ័យធំឬទេ?

ក្នុងចំណោមក្មេងភាគច្រើន (៨០ភាគរយ) ដែលមានការទាស់នឹងសណ្តែកដីក្នុងអាយុក្រោម៥ឆ្នាំ ការទាស់នឹងមានបន្តរហូតដល់ពេលចុងក្រោយបង្អស់នៃវ័យកុមារភាព។ ទោះជាយ៉ាងណាក្តី មានក្មេង២០ភាគរយនឹងឈប់កើតមានការទាស់នៅពេលគេមានវ័យធំ។ ចំពោះក្មេងទាំងនោះដែលមានប្រតិកម្មទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរជាមួយបញ្ហាដកដង្ហើម ទំនងជាពុំសូវចៀសផុតពីការទាស់របស់គេឡើយនៅពេលគេមានវ័យធំ ជាងក្មេងដែលមានប្រតិកម្មមិនសូវធ្ងន់ធ្ងរ។ ជួនកាលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកអាចកំណត់បានថា តើការទាស់នឹងសណ្តែកដីនៅតែកើតមានឬទេ ដោយការធ្វើតេស្តលើការទាស់រៀងរាល់១២ខែ ឬច្រើនជាងនេះ។

តើការទាស់នឹងសណ្តែកដីអាចកើតមានឡើងវិញឬទេ កាលណាកូនរបស់ខ្ញុំមានវ័យធំលែងកើតមានការទាស់?

ស្ទើរតែគ្រប់ករណីទាំងអស់ ពេលណាក្មេងមានវ័យធំឡើង នោះគេលែងកើតមានការទាស់នឹងសណ្តែកដីទៀតហើយ។ មានករណីយដែលគេកម្រឃើញមានដែលក្នុងនោះការទាស់បានកើតមានឡើងវិញ។ គេធ្លាប់បានគិតថាការទាស់ទំនងជាកើតមានឡើងវិញ ប្រសិនបើកុមារបន្តការចៀសវាងសណ្តែកដីនិងផលិតផលសណ្តែកដីនៅពេល គេមានវ័យធំលែងកើតមានការទាស់។ ដោយហេតុផលនេះហើយបានជាវេជ្ជបណ្ឌិតអាចណែនាំឲ្យកូនរបស់លោកអ្នកញ៉ាំផលិតផលសណ្តែកដីខ្លះៗឲ្យបានពីរ ឬបីដងក្នុងមួយអាទិត្យ។

តើកូនរបស់ខ្ញុំទំនងជាកើតមានប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរបណ្តាលមកអំពីការប៉ះពាល់ម្តងម្កាលត្រូវនឹងផលិតផលសណ្តែកដីនៅលើកៅអីវែង ដៃរបស់ក្មេងដទៃទៀត ឬដោយការធំក្លិនសណ្តែកដីឬ?

ទេ។ ប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរបណ្តាលមកពីការប៉ះពាល់ម្តងម្កាលកម្រឃើញមានជាទីបំផុត។ ការសិក្សាស្រាវជ្រាវថ្មីៗនេះបានបង្ហាញឲ្យឃើញថាការដាក់បើរសណ្តែកដីនៅលើស្បែក ពុំបណ្តាលឲ្យកើតមានប្រតិកម្មធ្ងន់ធ្ងរនៅក្នុងក្រុមក្មេងដែលកើតការទាស់នឹងសណ្តែកដីទេ។

តើខ្ញុំអាចបង្ការការទាស់នឹងសណ្តែកដីនៅក្នុងកូនអនាគតរបស់ខ្ញុំបានឬទេ?

ពុំមានវិធីណាមួយដែលអាចធានាថា ក្មេងនឹងមិនកើតការទាស់នឹងសណ្តែកដីទេ។ ពុំមានភស្តុតាងដែលបង្ហាញថាការចៀសវាងសណ្តែកដី និងផលិតផលសណ្តែកដីក្នុងម្តាយដែលមានផ្ទៃពោះ ឬក្នុងរបបម្ហូបអាហាររបស់ម្តាយដែលបំបៅកូននឹងទឹកដោះ អាចជួយបង្ការការទាស់នឹងសណ្តែកដីក្នុងទារករបស់គេទេ។ មានភស្តុតាងខ្លះដែលឲ្យដឹងថា ក្រេមលាបស្បែកដែលមានផលិតផលសណ្តែកដី អាចជួយឲ្យមានការកំរើកអារម្មណ៍។ ការបោះពុម្ពផ្សាយថ្មីៗនេះបានឲ្យដឹងថាការណែនាំមុនពេលឲ្យស្គាល់ម្ហូបអាហារដែលមានសណ្តែកដីក្នុងកុមារភាព ជួយការពារប្រឆាំងនឹងការរីកដុះដាលនៃការទាស់នឹងសណ្តែកដី។

តើខ្ញុំអាចរកឃើញព័ត៌មានបន្ថែមតាមអ៊ីនធើណិតនៅកន្លែងណាខ្លះ?

- **វិបសាយសង្គមអូស្ត្រាលីនៃការកើតរោគទាស់ និងវិជ្ជាខាងការពារប្រឆាំងនឹងជម្ងឺឆ្លង មានដាក់ចុះព័ត៌មានដ៏មានប្រយោជន៍អំពីការទាស់នឹងម្ហូបអាហារ សរសេរដោយអ្នកឯកទេសអូស្ត្រាលី (www.allergy.org.au)។**
- **ក្រុមជួយទ្រទ្រង់អ្នកកើតរោគទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរអូស្ត្រាលី មានផ្តល់ព័ត៌មានទាន់ពេលដ៏មានតម្លៃ និងព័ត៌មានដ៏មានប្រយោជន៍ដើម្បីដោះស្រាយជាមួយនឹងការទាស់ម្ហូបអាហារ (www.allergyfacts.org.au)។**

សូមចងចាំ

- **សូមអានផ្លាកសញ្ញាម្ហូបអាហារដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ហើយត្រូវដឹងអំពីម្ហូបអាហារដែលឥតមានដាក់ផ្លាកសញ្ញាដែលអាចមានផលិតផលសណ្តែកដី។**
- **ប្រសិនបើលោកអ្នកមាន EpiPen នេះគឺជាការសំខាន់ណាស់ដែលលោកអ្នកត្រូវឲ្យបានដឹងអំពីរបៀបប្រើវា ហើយថាលោកអ្នកមានគំរោងវិធានការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរលើការទាស់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ (Anaphylaxis Action Plan) ដែលវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់លោកអ្នកផ្តល់ឲ្យ។**

សរសេរដោយក្រសួងនៃរោគទាស់ វិជ្ជាខាងការពារប្រឆាំងនឹងជម្ងឺឆ្លង មន្ទីរពេទ្យកុមារនៅ Westmead។

មន្ទីរពេទ្យកុមារនៅ Westmead
ទូរស័ព្ទ: (02) 9845 3585
ទូរសារ: (02) 9845 3562
http://www.chw.edu.au/

មន្ទីរពេទ្យកុមារស៊ីដនីយ Randwick
ទូរស័ព្ទ: (02) 9382 1688
ទូរសារ: (02) 9382 1451
http://www.sch.edu.au/

បណ្តាញសុខភាពរបស់មន្ទីរពេទ្យកុមារ
Kaleidoscope, Hunter
ទូរស័ព្ទ: (02) 4921 3670
ទូរសារ: (02) 4921 3599
www.kaleidoscope.org.au

© The Children's Hospital at Westmead, Sydney Children's Hospital, Randwick and Kaleidoscope – Hunter Children's Health Network-2005-2009.