यदि आपका शिशु शिशु फार्मूला दूध के प्रति बुरी प्रतिक्रिया करता है, तो आप शायद सोच रहे होंगे कि ऐसा क्यों हो रहा है। शायद आपको लगता है कि यह गाय के दूध की एलर्जी, दूध प्रोटीन असहिष्णुता, या लैक्टोज असहिष्णुता है।

बहुत से लोग सोचते हैं कि वे समस्याएँ एक जैसी हैं, लेकिन ऐसा नहीं है। उनके कारण होने वाले कुछ लक्षण समान हो सकते हैं, इसलिए यह भ्रमित करने वाला हो सकता है। या यह उन चीज़ों में से कोई भी नहीं हो सकता है। आपका बाल रोग विशेषज्ञ आपको यह पता लगाने में मदद करेगा कि क्या हो रहा है।

दूध प्रोटीन असहिष्णुता क्या है?

कुछ शिशुओं को अपना दूध पचाने में कठिनाई होती है। वे चिड़चिड़े हो सकते हैं, थूक सकते हैं या बलगम और खून के छोटे-छोटे टुकड़ों के साथ हरे रंग का मल हो सकता है।

पेट की ये परेशानियाँ अक्सर गाय के दूध के प्रोटीन के प्रति असहिष्णुता के कारण होती हैं। यह संवेदनशीलता गाय के दूध से होने वाली वास्तविक एलर्जी से भिन्न है। यदि माँ गाय के दूध के प्रोटीन वाले उत्पादों का सेवन कर रही है, तो बच्चे मानक फार्मूले से या स्तन के दूध के माध्यम से गाय के दूध का प्रोटीन ग्रहण कर सकते हैं। दूध प्रोटीन असहिष्णुता वाले लगभग आधे शिशुओं को सोया प्रोटीन पचाने में भी कठिनाई होगी। यह पता चला है कि गाय के दूध की प्रोटीन असहिष्णुता गाय के दूध के प्रति वास्तविक एलर्जी की तुलना में अधिक आम है।

गाय के दूध से एलर्जी क्या है?

अधिकांश शिशु फार्मूला दूध गाय के दूध से बनाया जाता है। जब कोई बच्चा पहली बार गाय का दूध पीता है, तो इसकी बहुत अधिक संभावना होती है कि वह फार्मूला दूध होगा। ऐसा इसलिए है क्योंकि 1 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए पेय के रूप में गाय के दूध की सिफारिश नहीं की जाती है। लेकिन लगभग 6 महीने की उम्र से, जब बच्चे को ठोस आहार देना शुरू किया जाता है, तो उन्हें भोजन में एक घटक के रूप में गाय का दूध दिया जा सकता है।

क्या आप जानते हैं?

हालांकि यह बहुत दुर्लभ है, यह संभव है कि भले ही आप स्तनपान करा रही हों, आपके बच्चे को आपके द्वारा खाए या पीने वाले डेयरी उत्पाद की प्रतिक्रिया के कारण गाय के दूध से एलर्जी हो सकती है।

गाय के दूध से होने वाली एलर्जी शिशुओं और छोटे बच्चों के लिए सबसे आम एलर्जी में से एक है। विशेषज्ञों का अनुमान है कि 12 महीने से कम उम्र के 2% से 7.5% शिशुओं में यह होता है। यदि ऐसा होता है, तो आपके बच्चे की प्रतिरक्षा प्रणाली दूध में मौजूद प्रोटीन के प्रति प्रतिक्रिया करती है, जिससे एलर्जी के लक्षण उत्पन्न होते हैं। इसीलिए इसे कभी-कभी गाय के दूध की प्रोटीन एलर्जी भी कहा जाता है।

कभी-कभी स्तनपान करने वाले शिशुओं को यह एलर्जी हो सकती है। ऐसा इसलिए है क्योंकि गाय के दूध को माँ के आहार से बच्चे के दूध में स्थानांतरित किया जा रहा है।

शिशु के दूध से एलर्जी, लैक्टोज असहिष्णुता, या कुछ और?

आपके बच्चे में गाय का दूध या उससे बना फार्मूला पीने के कुछ ही मिनटों के भीतर लक्षण दिखाई दे सकते हैं। अन्य मामलों में, समस्याएं घंटों या उसके कुछ दिनों बाद तक भी नहीं हो सकती हैं।

बहुत सारे संभावित लक्षण हैं:

पाचन संबंधी समस्याएं, जिनमें पेट दर्द, बीमार रहना, दस्त और कब्ज शामिल हैं

त्वचा संबंधी प्रतिक्रियाएं, जैसे होंठ, चेहरे और आंख क्षेत्र की सूजन, और लाल, खुजलीदार दाने

हे-लीवर जैसे लक्षण, जैसे नाक बहना और आंखों से पानी आना

एक्जिमा जो उपचार से ठीक नहीं होता

अचानक, गंभीर लक्षण दुर्लभ होते हैं, लेकिन इसमें मुंह या गले में सूजन, घरघराहट, सांस की तकलीफ और सांस लेने में कठिनाई शामिल हो सकती है - एक गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया जिसे एनाफिलेक्सिस कहा जाता है, जिससे आपका बच्चा भी बेहोश हो सकता है या बेहोश हो सकता है। यह एक चिकित्सीय आपात स्थिति है जिसके लिए 911 पर कॉल करने या तुरंत आपातकालीन कक्ष में जाने की आवश्यकता होती है।

दूध प्रोटीन असहिष्णुता और गाय के दूध से एलर्जी का उपचार

यदि आपके बच्चे में दूध प्रोटीन असहिष्णुता या गाय के दूध से एलर्जी पाई जाती है, तो आपका बाल रोग विशेषज्ञ या एलर्जी विशेषज्ञ आपको समझाएंगे कि इसे कैसे प्रबंधित किया जाए।

इसमें आपके बच्चे के आहार से या यदि माँ स्तनपान करा रही है तो उसके आहार से गाय के दूध के सभी उत्पादों को हटाना शामिल होगा। आपका बाल रोग विशेषज्ञ बोतल से दूध पीने वाले शिशुओं के लिए एक विशेष शिशु फार्मूला भी लिख सकता है जिसमें गाय का दूध शामिल नहीं है।

आपका बच्चा जिस भी अवस्था में हो, आपका डॉक्टर उसके लिए सर्वोत्तम आहार तैयार करने में आपकी मदद करेगा और आपके बच्चे की प्रगति पर बारीकी से नज़र रखेगा। यह देखने के लिए कि क्या आपके बच्चे की एलर्जी ठीक हो गई है, आपका डॉक्टर थोड़ी देर बाद दूध दोबारा देने का सुझाव देगा।

लैक्टोज असहिष्णुता क्या है?

आपके बच्चे में गाय के दूध या उससे बने फार्मूले के प्रति एक अलग प्रकार की प्रतिक्रिया हो सकती है, जिसे लैक्टोज असहिष्णुता कहा जाता है। ऐसा तब होता है जब उनका शरीर लैक्टोज को पचा नहीं पाता है, जो दूध में पाई जाने वाली एक प्रकार की प्राकृतिक चीनी है।

शिशुओं में लैक्टोज असहिष्णुता बहुत असामान्य है, लेकिन जैसे-जैसे हम बड़े होते हैं यह अधिक आम हो जाती है। दुनिया में लगभग 70% लोग लैक्टोज असहिष्णुता से पीड़ित हैं। यह एशियाई, अफ़्रीकी और हिस्पैनिक जातीय समूहों के लोगों में अधिक आम है।

पेट में कीड़े या अन्य स्थिति होने के बाद शिशु और छोटे बच्चे भी अस्थायी रूप से लैक्टोज के प्रति असहिष्णु हो सकते हैं।

लैक्टोज असहिष्णुता के लक्षण

लैक्टोज के प्रति असहिष्णुता के कुछ लक्षण दूध प्रोटीन असहिष्णुता और गाय के दूध की एलर्जी के समान हैं।

इनमें पेट दर्द, सूजन, दस्त और गैस जैसी पाचन समस्याएं शामिल हो सकती हैं।

लैक्टोज असहिष्णुता का उपचार

आपका बाल रोग विशेषज्ञ अक्सर यह निर्धारित कर सकता है कि आपका बच्चा आपके बच्चे के जिले से लैक्टोज ट्यूलरेंट है या नहीं। इसे अस्थायी रूप से लैक्टोज मुक्त डेयरी या सोया उत्पादों से प्रतिस्थापित करके पूरा किया जा सकता है।

यदि लैक्टोज उन्मूलन परीक्षण से आपके बच्चे के लक्षणों में सुधार होता है, तो आपका डॉक्टर आपको सलाह देगा कि कौन से खाद्य पदार्थ और पेय उपयुक्त हैं।

शिशुओं और छोटे बच्चों को यह सुनिश्चित करने के लिए सही पोषक तत्व प्राप्त करने की आवश्यकता है कि उनका विकास ठीक से हो।

लैक्टोज असहिष्णुता वाले बोतल से दूध पीने वाले शिशुओं के लिए, आपका डॉक्टर संभवतः आपको लैक्टोज-मुक्त फॉर्मूला दूध पर स्विच करने की सलाह देगा।

लैक्टोज असहिष्णुता अक्सर कई शिशुओं और छोटे बच्चों के लिए अस्थायी होती है। उनके लक्षण अक्सर कुछ हफ्तों में बेहतर हो

यह भाटा हो सकता है. यह तब होता है जब आपका शिशु दूध पीने के दौरान या उसके बाद वापस दूध ले आता है। अधिकांश शिशु कभी-कभी दूध वापस ला देते हैं, लेकिन कुछ शिशुओं के लिए, यह बहुत अधिक हो सकता है और दर्दनाक हो सकता है। इससे उन्हें भोजन करते समय झुकना पड़ सकता है, जिससे उन्हें असहजता महसूस हो सकती है, और उनके लिए भोजन करना और वजन बढ़ाना कठिन हो सकता है।

यह शूल हो सकता है. यह तब होता है जब बच्चा बहुत रोता है और आप इसका कारण नहीं समझ पाते। पेट का दर्द बच्चों को चिड़चिड़ा और गैसी बना सकता है, जो हो भी सकता है

दूध से एलर्जी या असहिष्णुता के लक्षण।

यदि आपके शिशु या बच्चे को दूध पिलाने में कोई समस्या हो रही है, वजन नहीं बढ़ रहा है, या कोई अन्य लक्षण दिखाई दे रहा है जिसके बारे में आप चिंतित हैं, तो अपने बाल रोग विशेषज्ञ से बात करें। वे यह पता लगाने में मदद कर सकते हैं कि समस्या क्या है और इसे कैसे ठीक किया जाए।