

Nguyên nhân và cách chữa dị ứng thức ăn hiệu quả nhất

14:13 21/04/2022

Dị ứng thức ăn xảy ra do hệ miễn dịch phản ứng quá mức với protein trong thức ăn. Những triệu chứng dị ứng đầu tiên có thể xuất hiện trong vài phút hoặc vài giờ sau ăn, gây sưng ngứa ở họng, miệng, buồn nôn, nôn, tiêu chảy, nổi mề đay, mẩn ngứa,... một số trường hợp bị sốc phản vệ hoặc tử vong. Vậy cách chữa dị ứng thức ăn hiệu quả và đơn giản là gì?

Nguyên nhân gây dị ứng thức ăn

Theo thống kê, số người từng bị dị ứng thức ăn ở tuổi trưởng thành chiếm 2-4% và trẻ em là 6-8%. Khoảng hơn 50% trường hợp trẻ bị dị ứng thức ăn có thể khỏi khi lớn. Yếu tố dị nguyên gây dị ứng được xác định chủ yếu là do protein có trong thức ăn, phổ biến ở nhóm thực phẩm như sữa bò, trứng, đậu phộng, lúa mì, cá, tôm,...

Khi cơ thể hấp thụ hoặc tiếp xúc với những yếu tố dị nguyên này, cơ chế dị ứng thông qua trung gian là kháng thể Immunoglobulin E (IgE), lympho T hoặc cả 2 gây kích thích sản sinh các chất hóa học. Thường gặp là histamin, bradykinin, prostaglandin,... có tác dụng làm giãn mạch máu, tăng tính thấm mao mạch gây ra phản ứng viêm, đau. Ngoài ra, histamin còn đóng vai trò như một chất trung gian gây ngứa.

- Dị ứng qua trung gian IgE gây **nổi mề đay**, hen suyễn, sốc phản vệ cấp tính, phát triển ở nhóm đối tượng là trẻ em đang bú mẹ và những người có người thân từng bị dị ứng nặng.
- Dị ứng qua tế bào T làm xuất hiện các triệu chứng chủ yếu ở đường tiêu hóa. Đây là tình trạng mạn tính, gặp nhiều nhất ở trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ.

- Dị ứng thông qua cả kháng thể IgE và tế bào T gây viêm da dị ứng, bệnh tiêu hóa tăng bạch cầu ái toan với biểu hiện rối loạn tiêu hóa, buồn nôn, nôn,... Các triệu chứng thường tiến triển chậm và hay tái phát.

Thông thường, dị ứng thức ăn rất dễ nhầm lẫn với tình trạng không dung nạp thức ăn. Do các triệu chứng trên đường tiêu hóa có rất nhiều điểm tương đồng. Tuy nhiên, dị ứng là phản ứng của hệ miễn dịch còn không dung nạp thức ăn có nguyên nhân do vấn đề ở hệ tiêu hóa. Để chẩn đoán phân biệt, người bệnh cần đến gặp bác sĩ và có thể cần làm một số xét nghiệm như thử IgE huyết thanh đặc hiệu cho dị nguyên hoặc test lấy da.



Dị ứng thức ăn xảy ra ở trẻ em chiếm tỷ lệ cao hơn so với người lớn

Hướng dẫn cách chữa dị ứng thức ăn

Dị ứng thức ăn có thể gây ra các triệu chứng từ nhẹ đến nặng, thậm chí dẫn đến sốc phản vệ và tử vong. Do vậy, việc biết sơ cứu và cách chữa dị ứng thức ăn rất quan trọng. Cụ thể, trường hợp mới ăn hoặc nghi ngờ vừa ăn phải thức ăn có nguy cơ gây dị ứng, người bệnh có thể xử lý bước đầu bằng cách gây nôn. Cách này giúp loại bỏ chất gây dị ứng qua đường miệng trước khi chúng kích thích hệ thống miễn dịch.

Bên cạnh đó, người bệnh có thể tham khảo một số loại thuốc sau trong điều trị dị ứng thức ăn, bao gồm:

- Thuốc kháng histamin được dùng cho phản ứng dị ứng thức ăn mức độ nhẹ. Người bệnh có thể dùng một số loại thuốc không kê đơn giúp ngăn

cản hoạt động của histamin. Từ đó, kiểm soát các triệu chứng nổi mề đay, phát ban hiệu quả. Thường dùng là loratadin, cetirizin,...

- Dùng cromolyn có tác dụng bảo vệ dưỡng bào (tế bào mast) khỏi các tác động của phản ứng kháng nguyên và kháng thể IgE, đồng thời ức chế giải phóng chất hóa học trung gian như histamin, leucotrien. Thuốc được bào chế dưới nhiều dạng như uống, nhỏ mắt, hít,... Trong đó, đường uống thường được dùng để điều trị dị ứng thức ăn có tác dụng cầm tiêu chảy, chống nôn và giảm ngứa, nổi mẩn đỏ dưới da.
- Thuốc corticosteroid tác dụng kéo dài có hiệu quả trong chứng tiêu hóa tăng bạch cầu ái toan. Ngoài ra, có thể dùng dạng kem bôi tác dụng tại chỗ để giảm viêm, nổi mề đay, ngứa trên da.
- Thuốc tiêm epinephrine chỉ được dùng trong trường hợp phù mạch cấp, sốc phản vệ. Hiện nay, đã có dạng bút tiêm tiện dụng mà người bệnh có thể mang theo để đề phòng.



Người bệnh có thể gây nôn để loại bỏ thức ăn gây dị ứng

Cải thiện dị ứng thức ăn nhờ thảo dược thiên nhiên

Hiện nay, hướng điều trị ngoài tập trung kiểm soát triệu chứng còn cần chú trọng vào phòng ngừa tái phát. Do vậy, các chuyên gia khuyến cáo nên kết hợp

điều trị cùng sản phẩm thảo dược. Trong đó, đặc biệt sản phẩm có 3 thành phần là cao nhàu, cao gan và L-carnitine fumarate. Đây là sản phẩm đã được tiến hành nghiên cứu lâm sàng tại các bệnh viện lớn hàng đầu về da liễu gồm: Bệnh viện Da liễu Trung ương, Bệnh viện Da liễu TP. HCM và Trường Đại học Y Hà Nội. Kết quả của các nghiên cứu đều chỉ ra rằng:

- Sản phẩm với nguồn gốc thảo dược và thành phần tự nhiên, có công dụng hỗ trợ điều trị căn nguyên của bệnh mề đay, dị ứng và giúp tăng cường của hệ miễn dịch.
- Làm giảm các triệu chứng mề đay và ngăn ngừa tái phát.
- Không xuất hiện bất kỳ tác dụng phụ nào trong suốt quá trình sử dụng.
- Nhận thấy có hiệu quả rõ ràng sau thời gian 4 tuần.

Tác dụng của **nhàu trong cải thiện mề đay**, dị ứng đã được chứng minh trong nhiều nghiên cứu. Nổi bật là khả năng tăng cường hệ thống miễn dịch. Đồng thời, chiết xuất quả nhàu còn có công dụng tăng cường sửa chữa, đổi mới tế bào và kích thích sản xuất collagen giúp thúc đẩy quá trình phục hồi tổn thương trên da. Cùng với đó, 2 thành phần là cao gan và L-carnitine fumarate cũng hỗ trợ tăng cường chức năng thải độc của gan, giúp nuôi dưỡng tế bào khỏe mạnh.



Trái nhàu có tác dụng chống dị ứng vượt trội

Cách chữa dị ứng thức ăn đúng rất quan trọng, giúp người bệnh kiểm soát triệu chứng hiệu quả và rút ngắn thời gian hồi phục. Lời khuyên với tình trạng dị ứng ở mức độ nhẹ đến trung bình là cần điều trị thuốc kết hợp với sản phẩm có thành phần cao nhàu, cao gan và L-carnitine fumarate.

Thực phẩm bảo vệ sức khỏe Phụ Bì Khang - Hỗ trợ giảm triệu chứng mề đay, mẩn ngứa, dị ứng

Thực phẩm bảo vệ sức khỏe Phụ Bì Khang với ba thành phần từ cao nhàu, cao gan và L-carnitine fumarate hỗ trợ tăng cường sức đề kháng, hỗ trợ giảm triệu chứng mề đay, mẩn ngứa, dị ứng cấp tính và mạn tính. Phụ Bì Khang dùng cho người bị mề đay, mẩn ngứa, dị ứng.

Để đạt hiệu quả tối ưu, bạn nên sử dụng Phụ Bì Khang uống 4 – 6 viên/ngày, chia 2 lần, trước ăn 30 phút hoặc sau ăn 1 giờ. Dùng 1 đợt liên tục từ 2 đến 3 tháng để có hiệu quả tốt nhất.



Phụ Bì Khang - Hỗ trợ cải thiện mề đay, mẩn ngứa và dị ứng hiệu quả

Tiếp thị bởi: Công ty CP KDDV & TM Nam Phương

Địa chỉ: 173 Phố Chùa Láng, Phường Láng Thượng - Quận Đống Đa, Hà Nội.

Liên hệ: 024. 35578387

**Thực phẩm này không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.*

