

KESIHATAN & PERUBATAN

Kes alahan makanan kanak-kanak kian meningkat

Kajian klinikal nasional selama empat tahun dilancarkan selidik sejauh mana ia jejas kesihatan, tumbesaran, dan kesejahteraan mental kanak-kanak di Singapura

Cik Amanda Chan tidak pernah menyangka bahawa menyuar makanan kepada anaknya boleh menjadi sesuatu yang menakutkan.

Namun itulah yang dilaluinya ketika anak lakinya, Corey, baru berusia empat bulan.

Pada waktu itu, beliau mendapati Corey mengalami alahan makanan yang serius – suatu pengalaman yang beliau gambarkan sebagai tahun pertama yang “sangat sukar” dalam kehidupan mereka.

“Tiga kali makan sehari menjadi pengalaman yang traumatik kerana dia belum pandai bercakap.”

“Jadi, setiap kali saya beri dia makan, saya tidak tahu sama ada saya sedang menyakitkannya atau tidak,” singkap Cik Chan.

Kini, Corey berusia 10 tahun dan telah lama disahkan menghidap alahan terhadap telur, susu, kacang tanah dan hama habuk sejak kecil.

Menurut Cik Chan, kurangnya kesedaran dan maklumat tentang alahan makanan dalam konteks tempatan ketika itu menjadikan tugas sebagai ibu lebih mencabar.

“Kami tak tahu alahan makanan boleh berlaku melalui udara. Walaupun dia belum makan makanan pejal, dia tetap menunjukkan reaksi,” ujarnya.

Kes seperti Corey bukan lagi terencil. Hospital Wanita dan Kanak-Kanak KK (KKH) dan Hospital Universiti Nasional (NUH) kini melaporkan peningkatan ketara dalam bilangan kes alahan makanan dalam kalangan kanak-kanak.

Berikutan itu, satu kajian klinikal nasional selama empat tahun telah dilancarkan pada Jun 2025 bagi menyelidik sejauh mana alahan makanan menjejaskan kesihatan, tumbesaran, dan kesejahteraan mental kanak-kanak di Singapura.

Kajian yang dinamakan, *Kisah Alahan Makanan Kanak-Kanak Singapura*, itu diketuai oleh NUH dan Sekolah Perubatan Yong Loo Lin Universiti Nasional Singapura (NUS), dengan kerjasama

jasama KKH, Poliklinik Universiti Nasional (NUP), serta Sekolah Kesihatan Awam Saw Swee Hock NUS.

“Kami ingin memahami sejauh manakah masalah ini memberi kesan kepada kanak-kanak dan keluarga mereka, dari aspek pemakanan, tumbesaran, metabolisme dan juga kesihatan mental,” kata penyelidik utama kajian, Profesor Madya Elizabeth Tham.

Beliau mengetahui bahagian alahan, imunologi dan reumatologi pediatrik di NUH.

Menurut Dr Chong Kok Wee, penyelidik bersama kajian dan ketua perkhidmatan alahan pediatrik di KKH, jumlah kanak-kanak yang didiagnosis dengan alahan terhadap makanan biasa seperti susu, telur, kacang tanah dan makanan laut meningkat tiga kali ganda antara 2012 dengan 2022.

“Lawatan ke jabatan kecemasan akibat anafilaksis berkaitan makanan juga meningkat 2.5 kali antara 2015 dengan 2022,” jelas Dr Chong.

Anafilaksis merupakan reaksi alahan serius yang boleh menyebabkan sesak nafas, tekanan darah rendah dan kematian jika tidak dirawat segera.

NUH dan KKH melaporkan bilangan ujian penilaian alahan makanan meningkat 60 peratus dari 2022 hingga 2024, menunjukkan peningkatan kesedaran dalam kalangan ibu bapa dan juga berkemungkinan mencerminkan realiti baru mengenai trend pemakanan moden.

Profesor Tham menyatakan walaupun alahan makanan pernah dianggap jarang berlaku dalam kalangan masyarakat Asia, data yang ada kini sudah ketinggalan zaman.

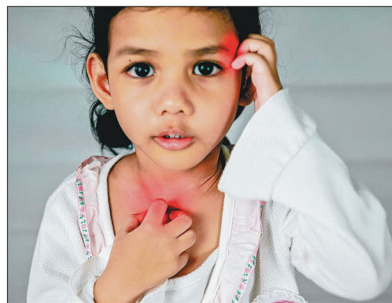
“Kadar alahan makanan sebenarnya sedang meningkat di negara-negara maju.”

“Perubahan gaya hidup, diet yang lebih kompleks, dan persekitaran yang lebih bersih mungkin antara penyebab utama,” katanya.

Menurut Dr Chong, penggunaan antibiotik secara berlebihan dalam kalangan kanak-kanak ser-



Makanan yang kerap menjadi pencetus alahan termasuk telur, susu, makanan laut, kacang soya, kacang tanah, tepung gandum dan sebagainya. – Foto ISTOCKPHOTO



Anak yang alah pada sesetengah makanan mungkin mengalami kegatalan, masalah gastrousus seperti muntah, cirit-birit, sakit perut, serta masalah pernafasan seperti sempit atau batuk. Malah terdapat alahan serius iaitu anafilaksis yang boleh menyebabkan sesak nafas, tekanan darah rendah dan kematian jika tidak dirawat segera. – Foto ISTOCKPHOTO

ta teori ‘hipotesis kebersihan’ – bahawa pendudukan terlalu sedikit kepada bakteria dan kuman pada usia muda boleh meningkatkan risiko penyakit alahan – turut memainkan peranan.

Kajian itu juga akan menilai beban sosial dan ekonomi yang ditanggung oleh keluarga yang menjaga anak dengan alahan makanan.

Dalam satu kajian di Amerika Syarikat pada 2013, kos ekonomi berkaitan alahan makanan kanak-kanak mencecah AS\$24.8 bilion (\$31.69 bilion) dengan sebahagian besarnya ditanggung oleh keluarga sendiri.

Pengarah Organisasi sokongan SPEAK (Ibu Bapa Singapura bagi Anak-Anak yang Mengalami Ekzema dan Alahan), Cik Izlin Ismail, 50 tahun, berkata anak lakinya, Hayden Anash, mula menunjukkan tanda-tanda alahan seawal usia tiga bulan apabila mukanya membengkak selepas minum susu tepung.

“Selain kos perubatan, kami juga terpaksa belanja lebih untuk barangan dapur. Susu dan mentega bebas alergen sukar dicari dan jauh lebih mahal,” kata Cik Izlin.

Menurutnya, walaupun kesedaran awam semakin meningkat, masih ada restoran yang menganggap pelanggan cerewet apabila bertanya tentang kandungan makanan.

“Saya rasa tempat makan dan restoran perlu lebih peka. Apabila kami kata anak kami ada alahan makanan, itu bukan sekadar permintaan, tapi keperluan keselamatan,” tegasnya.

Kajian itu mempunyai dua fasa. Fasa pertama bermula Februari lalu dengan penyertaan sekurang-kurangnya 2,000 ibu bapa dan penjaga yang membawa anak berumur satu hingga dua tahun untuk lawatan imunisasi di NUP.

Setakat pertengahan Jun, 549 peserta telah direkrut dan 79 daripadanya melaporkan gejala alahan makanan.

Fasa kedua akan bermula pada Julai dan melibatkan 400 kanak-kanak berumur 18 tahun ke bawah yang telah disahkan mengalami alahan terhadap susu, telur, kacang tanah dan makanan laut sekurang-kurangnya selama enam bulan.

Penilaian lanjut akan dijalankan termasuk soal

“Matlamat kami adalah untuk mewujudkan persekitaran yang lebih selamat untuk kanak-kanak yang mengalami alahan makanan agar mereka dapat mencapai potensi penuh mereka di sekolah dan tempat kerja. Kami juga berharap untuk meningkatkan kesejahteraan mental, terutama dalam kalangan remaja yang terjejas.”

– Profesor Madya Elizabeth Tham, penyelidik utama kajian.

selidik, pemantauan pemakanan, penilaian tumbesaran, pengambilan contoh darah dan najis.

“Matlamat kami adalah untuk mewujudkan persekitaran yang lebih selamat untuk kanak-kanak yang mengalami alahan makanan agar mereka dapat mencapai potensi penuh mereka di sekolah dan tempat kerja,” kata Profesor Tham.

“Kami juga berharap untuk meningkatkan kesejahteraan mental, terutama dalam kalangan remaja yang terjejas.”

Hasil kajian itu dijangka akan dimanfaatkan untuk memperkukuh garis panduan klinikal, menyokong pendidikan kesihatan awam serta membina sistem sokongan yang lebih terangkumi bagi keluarga yang berdepan cabaran ini setiap hari.