



Ssanie kciuka w dzieciństwie, zmniejsza ryzyko alergii?

Naukowcy z Uniwersytetu Otago dowodzą, że dzieci ssące kciuki, czy też obgryzające paznokcie, w późniejszym okresie rzadziej zapadają na niektóre choroby alergiczne.

Czy faktycznie takie nawyki zmieniają działanie układu odpornościowego?

Wnioski takie to pokłosie Dunedin Multidisciplinary Study, w ramach którego od narodzin w 1973-72 r. do dorosłości monitorowano losy 1037 osób. Prawdopodobnym jest, że wskutek ssania kciuka, czy obgryzania w dzieciństwie paznokci, ekspozycja na mikroorganizmy zmniejsza ryzyko rozwoju alergii. Prof. Bob Hancox przypuszcza, iż może to zmieniać działanie układu odpornościowego.

Autorzy raportu z pisma Pediatrics wyjaśniają, że rodzice badanych opisywali zwyczaje dotyczące ssania kciuka oraz obgryzania paznokci, gdy dzieci miały 5, 7, 9 i 11 lat. Następnie w wieku 13 i 32 lat uczestników badania oceniano pod kątem [sensytyzacji](#) atopowej, definiowanej jako dodatni test skórny na co najmniej jeden alergen. Uwrażliwienie w wieku 13 lat było rzadsze wśród dzieci, które ssały kciuki lub obgryzały paznokcie (38 proc.). W grupie, która tego nie robiła, występowało ono u 49 proc. nastolatków. Zaś w przypadku dzieci ssących kciuki i obgryzających paznokcie ryzyko alergii spadało jeszcze bardziej i wynosiło 31 proc.

Zależność taka była nadal widoczna w wieku 32 lat. Utrzymywała się także po wzięciu pod uwagę innych potencjalnie istotnych czynników, jak płeć, historię alergii u rodziców, posiadanie zwierząt, karmienie piersią czy palenie papierosów przez rodziców. Wysnuto jeszcze jeden wniosek. Choć szanse, że

dzieci ssące kciuk, obgryzające paznokcie będą miały alergię na roztocze lub psa czy kota, były o około 1/3 mniejsze niż przypadku dzieci, które tego nie robiły, w żadnym wieku nie stwierdzono związków między opisanymi nawykami a astmą czy katarem siennym.

Jak dowodzą badania, ssanie kciuka nie jest więc zjawiskiem przypadkowym. Już teraz wiemy, że ta czynność ma również odzwierciedlenie w działaniu i ma wpływ na prawidłowy rozwój układu immunologicznego, małego człowieka. Reasumując ssanie kciuka i obgryzanie paznokci we wczesnym dzieciństwie zmniejsza ryzyko alergii w wieku dziecięcym nawet o 30% !