

Kysstu barnið þitt

Kossar vernda gegn ofnæmi. Sænskir vísindamenn hafa sýnt fram á að atlot styrkja ónæmisvörn barnsins. Sláðu tvær flugur í einu höggi með því að kyssa börnin þín og veita þeim bæði ofnæmisvörn og ást.

Foreldrar geta með góðu móti kysst og faðmað litlu börnin sín eins oft og þeir vilja, fullyrðir Caroline Nilsson sem starfar við rannsóknir við Karolinsku stofnunina og er auk þess barnalæknir og barnaofnæmisfræðingur við Sachsska barnasjúkrahúsið í Stokkhólmi. Nokkrar af algengustu veirusýkingunum í Svíþjóð virðast vernda börn gegn þróun á ofnæmi.

Já, ráðleggingar mínar eru að kyssa og faðma börnin sín. Það er besta aðferðin við að færa á milli þessar veirur

sem smita með munnvatninu, segir Caroline Nilsson.

Leita að mótefni. Caroline Nilsson hefur fylgst með 250 börnum frá því að þau voru nýfædd og fram að tveggja ára aldri. Með aðstoð blóðprófa og húðrannsókna (auk þess sem tillit er tekið til ofnæmis í fjölskyldunni) hefur hún rannsakað útbreiðslu á 13 algengum veirum ásamt ofnæmismótefnum hjá börnum. Börn með ofnæmismótefni eru í meiri hættu en önnur að þróa með sér ofnæmi. Samkvæmt rannsókn Nilssons var hægt að tengja veirusýkingar við minni hættu á ofnæmismótefni. Það á við um sýkingar með veirum sem heita Epstein Barr veira (EBV) og cytomegaloveira (CMV). Tæplega fjórða hvert barn í rannsókninni var í meiri hættu á að fá ofnæmi, en þetta átti aðeins við um tíunda hvert barn sem hafði fengið EBV-sýkingu. Hjá börnum sem einnig höfðu fengið CMV-sýkingu hafði minna en

tuttugasta hvert barn ofnæmismótefni í blóðinu.

Eldri börn, unglingar og fullorðnir sem sýkjast með EBV í fyrsta sinn

aldri, segir Nilsson.

Caroline Nilsson hefur miðað við hina svokölluðu „hreinlætistilgátu“ í rannsókn sinni. Samkvæmt hreinlæt-



geta fengið kirtlahita (svokallað „kissing disease“) með bólgu í hálskirtli, hita og þreytu. Lítil börn veikjast aftur á móti ekki sérlega mikið. CMV sýnir svipuð einkenni og EBV. Báðar sýkingarnar sýna meiri sjúkdóms-einkenni hjá eldri börnum. Í Svíþjóð hafa 72% af fullorðnum fengið CMV og 99% hafa fengið EBV.

Hjá þeim sem höfðu fengið EBV-sýkingu fyrir tveggja ára aldri höfðu mun færri börn ofnæmismótefni í blóðinu borið saman við börn sem ekki höfðu fengið EBV-sýkingu, fullyrðir Caroline Nilsson.

Kemur vörninni af stað. Hún segir að telja megja að sýkingarnar komi eigin vörn líkamans af stað, þ.e. ónæmisvörninni.

Það virðist þannig vera jákvætt að fá nokkrar af algengustu veirusýkingunum, annars vegar þar sem það virðist vernda gegn ofnæmi og hins vegar vegna þess að einkennin eru ekki til staðar hjá börnum undir tveggja ára

istilgátunni á einstaklingur sem fær fleiri sýkingar á barnsaldri, til dæmis vegna eldri systkina eða að barnið byrjar snemma á leikskóla, á minni hættu á að þróa með sér ofnæmi. Færri í þróunarlöndunum. Áður fyrr tuggðu mæðurnar matinn fyrir börnin sín og það þótti eðlilegt, segir Caroline Nilsson og bendir á að í mörgum þróunarlöndum eru mun færri börn með ofnæmi en í Svíþjóð og u.þ.b. 95% hafa fengið EBV og CMV fyrir fimm ára aldur.

Hún vill hins vegar ekki að foreldrar barna með ofnæmi haldi að þeir hafi ekki kysst þau nógu mikið. Þetta er einn af mörgum þáttum sem hafa þarna áhrif.

Rannsóknarniðurstöður Caroline Nilsson má lesa í heild sinni í bandaríska tímaritinu Journal of Allergy and Clinical Immunology, ágúst 2005, bls. 438-444. Greinin heitir „Does EBV-infection protect against IgE-sensitization“.