

健康通信

食物アレルギー

〜わかっていることとわかっていないこと〜



小児アレルギー科部長医師

田中 秀典

小児の食物アレルギーの患者さんが増えていると言われています。実際に、当院救急外来へも強い食物アレルギーの症状を起こして救急受診されるお子さんは珍しくありません。私は当院に赴任して16年目となりましたが、以前はこれほど多くの食物アレルギーの患者さんが救急外来を受診されることはありませんでした。



現在日本で食物アレルギーを持つお子さんの割合は乳児5〜10%、幼児

で5%、小学生以降で1.5〜3%くらいと考えられています。アレルギー疾患そのものが増えていると言われますが、その理由ははっきりしていません。

アレルギーの発生と予防策



お母さんが妊娠中に特定の食物(鶏卵、小麦、牛乳など)を制限すると、生まれてくる赤ちゃんのアレルギーを予防できるかどうかについては、制

限の効果は否定されています。生まれた赤ちゃんの乳児湿疹をスキンケアすることで食物アレルギーの発症を少なくすることができるといいう研究データは多く見られます。

入浴時には泡立てネットやポンプ式の容器などでよく泡立てて素手で顔面を含む赤ちゃんの皮膚全体を洗っていただくのが良いと考えます。ガーゼハンカチでも赤ちゃんの皮膚を傷つけてしまいます。湿疹があると周囲の環境中の食物の細かい粒子が皮膚から吸収され、食物アレルギーの準備ができてしまいます。(これを皮膚感作と呼びます)皮膚からの食物アレルギー原因物質の侵入が結果として食べることで起きるアレルギー症状につながります。



アレルギーのいろいろ

乳幼児期に多いアレルギーの原因食材は鶏卵、小麦、牛乳ですが、これらは適切な管理と行うことで8〜

9割の方が小学校入学までに摂取可能となります。逆に果物や野菜などに対するアレルギーは年齢とともに少しずつ増え、これはいろいろな種類の花粉症が発症に関連しています。例えば寒冷地や高山に生えるシラカンバの花粉症はアレルギー的に構造が似ているためにリンゴなどのバラ科の果物のアレルギーを起こせます。リンゴを食べたからリンゴアレルギーになるのではなく、構造の似たシラカンバ花粉が鼻や目の粘膜から体に入り、アレルギー反応を起こしてリンゴの食物アレルギーを起こせます。



アレルギーについて、まだまだわからないことも多いのですが、最新の情報をお伝えできるように勉強してまいりますので、どうぞご相談ください。

