

アレルギーについて



常陸大宮済生会病院

小児科部長
佐藤 未織 先生

アレルギー疾患には気管支喘息、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎、食物アレルギーなどがあります。今回は、近年増加している食物アレルギーについてお話しします。

食物アレルギーでは、腸で分解された食物の一部がアレルゲンとして体に認識され、ヒスタミンなどアレルギー症状を引き起こす物質が放出され、症状が現れます。

《症状》

皮膚	じんましん、かゆみ
呼吸器	せき、ぜいぜい
消化器	嘔吐、腹痛、下痢

その他にも、血圧低下、意識障害など症状は多岐にわたります。多くの場合、食物を食べ30分から2時間で症状が出現します。

食物アレルギーを有する年齢は乳児期が最も多く、幼児、学童になるにつれ減少します。乳幼児期の主な原因食物である卵、乳製品、小麦は、その後6歳までに約9割の子どもが食べられるようになります。一方、エビ・カニなどの甲殻類、ピーナツ、そばなどは、成長しても食べられるようになることは少ないとされます。

食物アレルギーの診断には問診が非常に大切で、何をどのくらい食べ、どのような症状が出たのか、以前にも同様のエピソードがあったかなど、病院では詳しく話を聞きます。血液検査だけで食物アレルギーの診断ができると誤解されやすいのですが、それだけで診断はできません。実際の摂取歴や症状出現の状況をもとに、検査の結果を参考にしながら総合的に診断することが必要です。

食物アレルギーと診断した場合は、必要最低限の原因食物の除去を行い、代替食品を利用することで十分な栄養をとれるよう配慮します。また成長するに従い、原因食物を食べられるようになる可能性があるため、診断について定期的な見直しを行います。

スキンケアにより、乳児早期から湿疹の少ない皮膚のバリアが保たれている状態を維持し、離乳食を遅らせず適切に開始することで、食物アレルギーの発症を予防できる可能性が報告されています。

