

食物アレルギー



☆食物アレルギーとは？

特定の食べ物を口にしたとき、アレルギー反応が起こり、**皮膚のかゆみ、じんましん、腹痛、吐き気、下痢、呼吸困難...**などの症状を起こす病気です。

ひどい場合には、短い時間にそれらの症状がいっぺんに全身に出て、呼吸が苦しくなったり、意識がもうろうとしたり、血圧が低下したりする「**アナフィラキシーショック**」という状態になることもあります。

☆原因となる食べ物



食物アレルギーの原因は、主に食物に含まれる**たんぱく質**です。

◎ 特にアレルギーを起こしやすい食品(特定原材料)



発症数が多い:小麦、卵、乳、えび、かに / 症状が重い:そば、落花生

上記7食品は「特定原材料」に指定されており、これらが入っている加工食品(容器包装されたもの)では表示がされるようになってきました。ただ、それ以外の食品については表示されないこともあるので、確認したい場合はメーカーに問合せしましょう。

◎ その他、比較的多くアレルギーが起こっている食品(特定原材料に準ずるもの)

あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、松茸、桃、山芋、りんご、ゼラチン

★病院で処方される薬の中にもアレルギーを示す食物成分を含むものがあります。

例)	牛乳成分(カゼインなど)を含む薬 	エンテノロン R、タンニン酸アルブミン、アミノレバン EN、ミルマグ錠、栄養剤(エンシュア、ハーモニック、ラコール)など
	卵白成分を含む薬 	塩化リゾチーム製剤(アクディーム、ノイチーム、レフトーゼ等)など

ここに挙げたもの以外にもあります。病院や薬局では、事前に食物アレルギーがあることを伝えましょう。市販薬を購入する際は薬剤師に相談しましょう。

☆治療



治療の基本は、**原因食品を食べないこと**です。ただ、その食べる量や頻度、調理法(生では症状が出るが加熱すれば出ない等)で症状が異なることもあります。また、**抗ヒスタミン薬**というアレルギーを抑える薬などや、特に消化吸収の未熟な2歳未満では、**インター細粒**を食前に飲むことで予防できる例もあります。医師に相談してください。

食物アレルギーは**乳幼児期に現れ、学童期頃**になってくると自然に治まってくる人が多いですが、成人まで持ち越す人や、成人になってから出る人もいます。