

資料 1

食物アレルギーの基礎知識 ～対応にあたって～

■食物アレルギーとは

一般的には特定の食物を摂取することによって、皮膚のかゆみ、湿疹、腹痛、吐き気、嘔吐などの呼吸器・消化器あるいは全身性に生じるアレルギー反応のことをいいます。

□主なアレルギー症状

- 皮膚症状 じんましん、かゆみ、目の充血など
- 呼吸器症状 せき、呼吸困難
- 消化器症状 吐き気、嘔吐、腹痛
- アナフィラキシー

上記の症状が複数同時にかつ急激に出現した状態をいいます。特に、血圧が低下して意識の低下や脱力を来すような場合をアナフィラキシーショックと呼び、直ちに対応しないと生命に関わる重篤な状態であることを意味します。

□食物アレルギーの各病型

●即時型

食物アレルギーの児童生徒のほとんどはこの病型に分類されます。原因食物を食べて2時間以内に症状が出現し、その症状はじんましんのような軽い症状から、生命の危険も伴うアナフィラキシーショックに進行するものまであります。

●口腔アレルギー症候群

果物や野菜、木の実類に対するアレルギーに多い病型で、食後5分以内に口腔内（口の中）の症状（のどがかゆい、ヒリヒリする・イガイガする、腫れぼったいなど）が出現します。多くは局所の症状だけで回復に向かいますが、5%程度で全身的な症状に進むことがあるため注意が必要です。

●食物依存性運動誘発アナフィラキシー

多くの場合、原因となる食物を摂取して2時間以内に一定量の運動（昼休みの遊び、体育や部活動など患者によってさまざま）をすることによりアナフィラキシー症状を発症します。原因食物としては小麦、甲殻類が多く、このような症状を経験する頻度は中学生で6,000人に1人程度といわれています。

発症した場合には、じんましんからはじまり、高頻度で呼吸困難やショック症状のような重篤な症状に至るので注意が必要です。原因食物の摂取と運動の組み合わせで発症するため、食べただけ、運動しただけでは症状は起きません。何度も同じ症状を繰り返しながら、この疾患であると診断されていない例もみられます。

□原因食物

乳幼児では鶏卵、乳製品、小麦が三大アレルゲンとして知られていますが、小学校以上ではそれらは減少し、甲殻類（えび、かになど）、果物類、魚類などを原因として症状が現れることが多くなります。この他、ピーナッツ、そば、大豆、魚卵など様々な食物が原因となります。

□診断、診断根拠

一般に食物アレルギーを血液検査だけで診断することはできません。実際に起きた症状と食物アレルギー負荷試験などの専門的な検査結果を組み合わせ、医師が総合的に判断します。

① 明らかな症状の既往

過去に、原因食物の摂取により明らかなアレルギー症状が起きています。

② 食物負荷試験陽性

原因と考えられる食物を試験的に摂取して、それに伴う症状が現れるかどうかを見る試験です。この試験の結果は①に準じたものと考えられます。

③ I g E抗体などの検査陽性

血液検査で原因物質に対する I g E抗体がよほど高値の場合には、その結果だけを根拠に診断する場合もありますが、一般的には血液や皮膚の検査結果だけで食物アレルギーを正しく診断することはできません。

～アナフィラキシーに備え処方される内服薬などの特徴～

■エピペン®

アナフィラキシーを起こす危険性が高く、万一の場合に直ちに医療機関での治療が受けられない状況下にいる者に対し、事前に医師が処方する自己注射薬です。

医療機関での救急蘇生に用いられるアドレナリンという成分が充填されており、患者自らが注射できるように作られています。

「エピペン®」は本人もしくは保護者が自ら注射する目的で作られたもので、注射の方法や投与のタイミングは医師から処方される際に十分な指導を受けています。

■抗ヒスタミン薬

アナフィラキシー症状はヒスタミンという物質によって引き起こされます。抗ヒスタミン薬はこのヒスタミンの作用を抑える効果があるものの、その効果は限定的で、過度の期待はできません。

■ステロイド薬

アナフィラキシー症状は2相性反応（一度おさまった症状が数時間後に再び出現します）を引き起こすことがあります。ステロイド薬は急性期の症状を抑える効果はなく、2相目の反応を抑える効果が期待されています。