

食物アレルギー



● 最近の考え方を知っていますか？ ●



★それって食物アレルギー？

赤ちゃんが初めて卵ポロを食べ、口の周りが赤くなり腫れました。



3歳の子どもがいつも食べていた魚を食べた後にじんま疹が出ました。



それって食物アレルギーかもしれませんね。
確かめるために体調のよいときに、同じ食べ物を単独で食べてみましょう。
食べて何も出なければ、その食べ物以外の原因が考えられます。
同じようにくり返し出る場合は、その食べ物が原因だと思われます。

【イラスト：矢野 勉】

★最近の考え方

卵、牛乳、小麦などアレルギーを起こしやすいもの、血液検査で疑わしいものを全て除去したり、妊娠中から母親の食物制限を行ったり、赤ちゃんの離乳食開始を遅らせるような、以前からの予防対策は効果がありません。

食物成分が皮膚から吸収してアレルギーを発症するので（経皮感作）、新生児期からスキンケアを行い、皮膚のバリア機能で予防しましょう。
すでに湿疹があるお子さんは、できるだけ早く湿疹の治療を始めましょう。

少しずつならOK



**血液検査は補助的なものなので、それだけでは診断できません。
診断には、食べることと症状が出ることとの関連性が重要です。**

原因食物が確定した場合は、安全範囲内で必要最小限の除去食とします。口から入ってくる食物成分に対しては、だんだんアレルギー反応を起こしにくくなりますので（耐性獲得）、かかりつけ医とよく相談して、原因食物を少ない量から少しずつ増やしながら食べていっていきましょう。

ただし、全身性の強い反応（アナフィラキシー）を起こしたことがある子どもが誤食すると非常に危険です。アナフィラキシーが疑われる場合は必ず医療機関を受診してください。