

# 食物アレルギー

堀越医院

院長 堀越珠樹 先生

食物によって引き起こされる有害な反応のうちアレルギー学的機序が明確なものを食物アレルギーとする。

## 食物アレルギーには

①1型(即時型)アレルギー反応 原因になる食物を摂取して数分から数時間以内に起こる。ショック、皮膚のかゆみ、発疹、口周囲の腫れ、蕁麻疹、くしゃみ、喉頭浮腫、ゼイゼイ感、呼吸困難、嘔吐、腹痛、急性下痢 ②3型(遅発性)摂取後3~12時間で起こる。消化管出血、下痢、皮疹 ③4型(遅延型)摂取後1~3日で起こる。慢性下痢、体重増加不良、慢性湿疹

実際は、これらのアレルギー反応は混在していて明確に分類しにくいものが多い。

## 診断

①食物日誌(いつどんな食物をとり、症状がどこに現れたか) ②血液検査(RAST, MAST, FAST, QAS, ルミワード) ③皮膚テスト(スクラッチ、プリック、パッチ、皮内反応) ④食物除去試験 疑わしい食物があれば、その食物を含むすべての食品を除去し、症状の改善がみとめられるかどうかを観察 ⑤食物負荷試験 原因と思われる食物を食べさせて症状が誘発できれば診断できる。

※負荷試験はアナフィラキシーショックを起こす危険性があるため、主治医とよく相談してください。

## 治療

①原因食物の完全除去 加熱などの調理により抗原性が変化しアレルギーを起こさなくなるものは食べても良いが少量にする。抗原性を少なくしたペプディエット、エピトレス、MA1、ファインスライスなども使用できる可能性がある。代替食品や献立を工夫し、栄養学的に偏らない注意が必要。②薬物療法 種々の理由で食物の除去が完全にできない場合、DSCGを食前15~30分と睡眠前に1日4回服用。

## 予後

牛乳、卵アレルギーは3歳で60~50%、6歳で80~70%、9歳で87~80%、12歳で90%が自然寛解する。偏食と誤解されたり、いじめの対象になることがあり学校と保護者、主治医の間で密接な連絡をとる必要があります。