

赤ちゃん期の食物アレルギー

一刻を争うこともある乳幼児期の食物アレルギー。正しい知識を身につけることが大切です。

萱場潤 かやば小児科医院院長(宮城県仙台市)

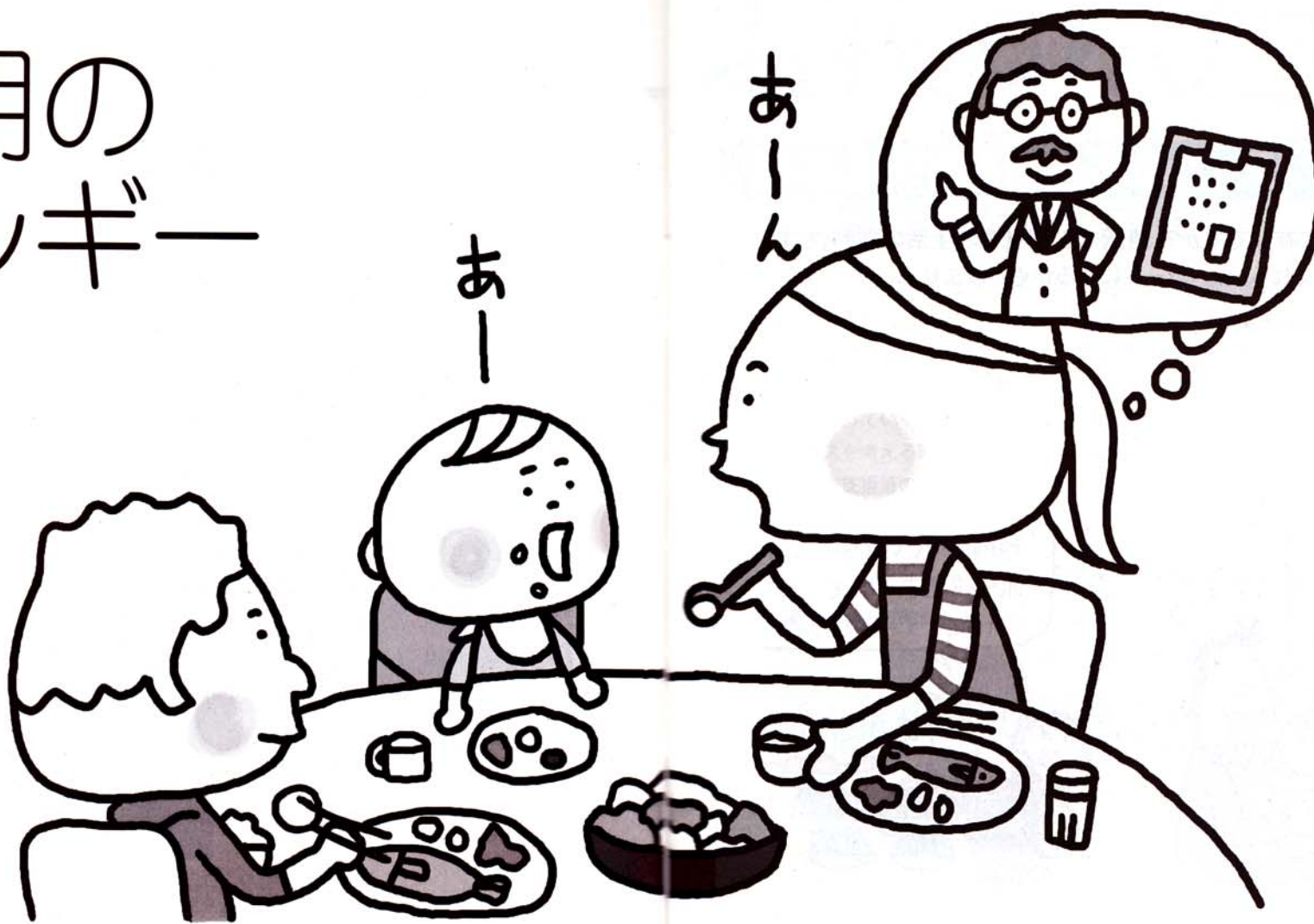


反応は2種類、「即時型」と「遅延型」

からだがか特定の食物をアレルゲンと認識、反応して、湿疹、下痢、せきなどの症状を起こすことを食物アレルギーといいます。原因とよくいわれる食べ物は、鶏卵、牛乳、小麦などの動物性タンパク質やくだものです。ママたちから「妊娠中の偏った食事が赤ちゃんのアレルギーをひき起こしたのではないか」と聞かれることがありますが、現在はその関連については否定されています。

食物アレルギーには、食べてから2時間以内にアレルギー反応を認める「即時型」と、数時間たってから起こる「遅延型」があります。特に、0歳児に多く発症するといわれている即時型の「アナフィラキシーショック」は、重症で、全身に反応が出ます。

食物アレルギーのいちばんの判断条件は、食べたら症状が出るという事実です。診断確定には、食物アレルギーの原因となる食物を検査する食物負荷試験がすすめられます。血液検査で「特異的IgE(アレルゲンに対して働く主要なタンパク質)値」が陽性という結果が出ても、症状が表れていなければその食物を避ける必要はありません。特異的IgE値だけをもとに、過度に食べ物を除去することは避けるべきで



しょう。



専門家のもとで正しい治療を

乳幼児の場合、摂取した食物が未熟な消化管から抗原性を残したまま吸収され、抗原成分がからだじゅうに運ばれることでアレルギーが発症します。成長とともに食物が十分消化されるようになると、消化管の免疫がつき、しだいに症状が軽くなり、いずれ食べられるようになることがあります。時期を待つことも必要です。

発症を予防するには、内服薬や原因となる食物を除去する除去食などの治療方法があります。除去食は、アナフィラキシーショックなどの強い症状の場合に行います。日本アレルギー学会によると「正しい診断に基づいた必要最小限の除去食」が基本とされています。

本来、「食べること」は楽しく幸せな作業です。しかし除去食は、料理に手間がかかり、家族で不安を抱えた食生活となりがちです。栄養が偏って成長発達が遅れたり、集団生活をするようになると子どもの心に影響を与えることもあります。また、授乳中のママの除去食が乳児の食物アレルギーを

軽くするという効果ははっきりしていません。くれぐれも民間療法や自己流の除去食はせず、専門家から指導を受け、正しい理解のもとで治療しましょう。

食品のアレルギー表示の義務化で、食べてはいけない食べ物を誤って食べてしまう事故は減ってきました。しかし、乳幼児はちょっとしたすきに誤食することもあります。また、食物アレルギーの発症に皮膚からの経皮感作が関係するという論文もあり、アトピー性皮膚炎と食物アレルギーとの関係が指摘されています。最近、泡立ちのよさをアピールしていた小麦加水分解物含有の石けんによる小麦アレルギー発症の報告がありました。

食物アレルギーは「症状を起こさせないこと」「発症したときの対処を考えておくこと」が大切です。園や保育所にも知らせる必要がありますので、かかりつけ医と相談しましょう。



災害時に備えて

日本小児アレルギー学会では、食べられない食物を表示した「食物アレルギーサインプレート」を作っています。必要なお子さんにかかりつけ医が発行し、衣服につけることで誤食事故を防ぎます。いつ遭遇するかわからない災害時、子どもたちを守るために、このようなものを防災袋に入れておくことも必要です。

今回の震災では、誤食事故でアドレナリンの自己注射を必要とした例もあったと聞きます。大変な状況下で、さらに緊急事態に陥らないよう、対策を万全にしておきましょう。

Dr. 萱場から ひとこと



食物アレルギーによって全身の症状やショックなどの強い症状が出たり、ぐったりしている、苦しそうに見えるときは、急いで受診しましょう。