

第17回は、「大人の食物アレルギー」について考えてみたいと思います。

近年、大人のアレルギーが増えてきていると言われています。小児と違う点は、それまで毎日食べていたもので、ある日突然発症するという点です。原因物質として小児では、卵・乳製品・小麦が代表的ですが、大人では、野菜や果物などが多いこと、さらには運動誘発性や花粉症など食物以外の物質との関連があることも特徴です。

* 花粉症の症状のひとつであるアレルギー性鼻炎は、食物アレルギーの危険因子となることが、疫学調査で示されています。

特定の食品を食べた後に、こんな症状がでたら要注意です！

- ◇ 蕁麻疹 じんましん ◇ かゆみ ◇ まぶたの腫れ ◇ 目の充血 ◇ 鼻づまり ◇ 口唇の腫れ ◇ 舌の違和感 ◇ のどがかゆい
- ◇ せき ◇ 息苦しさ ◇ 嘔吐 ◇ 下痢 ◇ 頭痛 ◇ ぐったりする ◇ 頻脈または除脈 ◇ 顔面蒼白

* これらのいくつかを合併して急激に悪化するものを「アナフィラキシー」といい、血圧低下、意識を失うなどのショック状態におちいるものを「アナフィラキシーショック」といいます

○大人の食物アレルギー

即時型アレルギー

- 原因食物を食べて2時間以内
- 症状：蕁麻疹・かゆみ・嘔吐・下痢・鼻づまり・咳・息苦しさなど

口腔アレルギー症候群

- 原因食物を食べて2時間以内
- 特徴：口腔粘膜に限ったアレルギー花粉症の方に起こりやすい
- 症状：唇や口腔粘膜の腫れ、のどのイガイガなど（時に、蕁麻疹や・かゆみ・アナフィラキシーショックを起こすこともある）

食物依存性運動誘発アナフィラキシー

- 原因食物を食べて、2-4時間以内
- 特徴：原因物質を食べた後の運動で発症する（入浴でもあり）
- 症状：蕁麻疹・かゆみ・嘔吐・下痢・鼻づまり・咳・息苦しさ・まぶたの腫れなど
- * 悪化させる要因として、疲労・睡眠不足・ストレス・飲酒・非ステロイド系抗炎症薬の服用などがある

○食物アレルギーとその原因

特定の食物（例：桃）を食べると症状が出る食物アレルギーですが、そのルートを調べると大もとの原因は花粉症（例：ハンノキの花粉）だったり、すべてが食物からきているわけではありません。この場合、「ハンノキの花粉」に含まれるたんぱく質と似ているたんぱく質を持つ「桃」を食べることでアレルギー反応がでます。ハンノキの花粉と似たたんぱく質をもつ食物は「桃」以外にも「豆乳」「リンゴ」「苺」など色々あります。

原因を知ること、他の食物アレルギーを起こす可能性のある食物にも注意することができます。

[花粉]

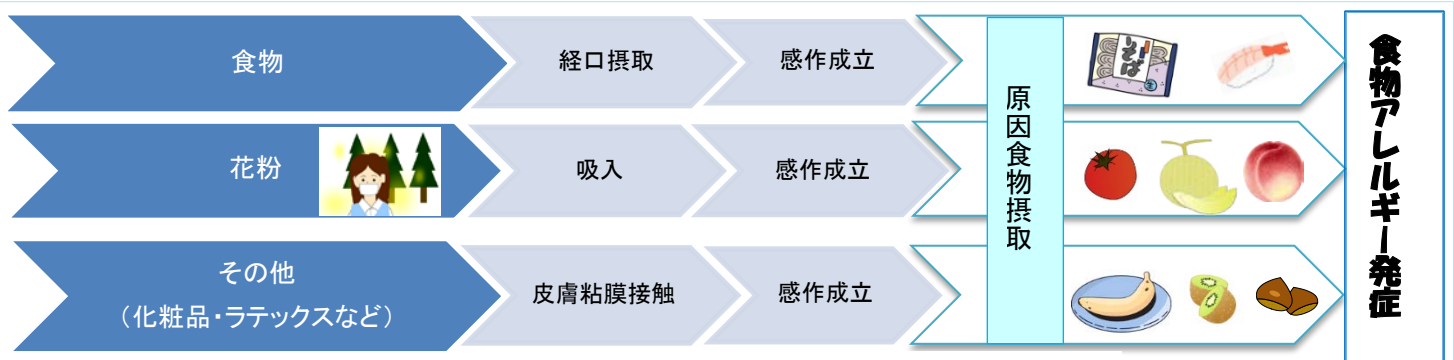
- ・すぎ・ひのき・・・トマト
- ・ブタクサ・・・スイカ・メロン・ズッキーニなど
- ・ハンノキ・・・豆乳・リンゴ・桃・苺・メロン
サクランボ・マンゴー・セロリなど

[その他の物質]

- ・ラテックス(合成ゴム)手袋・・・アボカド・栗・バナナ・キウイなど
- ・加水分解コムギ・・・小麦



○食物アレルギーがおこるルート



* 「感作成立」とは、同じ抗原の再刺激に感じやすい状態になることをいいます。

気になる症状がある方は、自己判断せず受診して医師の指示に従いましょう。