

放送日： 平成 20 年 4 月 13 日

タイトル： 乳児期にみられる食物によるアレルギーについて

担当者： 医師 岩井 義隆

公立甲賀病院小児科の岩井義隆です。この2月より、こちらの病院に着任しました。

小児のアレルギーの病気を専門としております。今回は乳児期の食物アレルギーについて、その症状、診断について、お話をさせていただきます。

毎日の生活に欠かせない食べ物が原因で、免疫アレルギーの仕組みを通じて、体に不利益な症状を引き起こしてくる現象を食物アレルギーと称しています。食べ物の中に含まれているさまざまなたんぱく質が主な原因です。

乳児期によく見られるタイプは、離乳食を始める頃に、食事を与えて、数十分ほどで、急に頭や胸に地図のように腫れ上がったじんましんが出現してくる即時型のケースです。症状は体の痒み、じんましん、唇やまぶたが腫れ上がったたりする皮膚の症状が主体ですが、他に吐いたり、下痢などおなかの症状を伴ってくる場合や、重篤なものでは、や呼吸困難さらには血圧が低下、ショック症状をきたす事もあります。

原因となる食物ですが、乳児では卵、乳製品、小麦の3つが原因の90%近くを占めています。2-3歳になりますと、いくらなどの魚の卵を食べてアレルギー症状をきたす例もみられます。小学生以上では、えびやカニなどの甲殻類が原因のトップをしめています。

次に原因である食物の診断ですが、食べた食品の内容、症状、今までのエピソードが一番の決め手になります。たとえば、ジャガイモのでんぷんで作られた卵ボーロを食べて、じんましんが出た場合、依然にジャガイモを食べても、なんとも無かったのなら、卵が原因でないかと推測されます。

また血液のRAST検査といって、個々の食物アレルゲンに対する微量のIgEに属した免疫の抗体を測定する方法も参考になります。ただRASTが陽性でも、たとえば小麦や大豆などは実際に食べても、症状の出ないことも多く、RAST検査の結果だけで判定しますと、制限する必要の無い食品を除去してしまうケースもみられます。

最も成長の盛んな乳児期に不必要な食事制限をしますと、栄養が不十分で発育発達障害をきたすこともあります。その食品を除去する必要があるかどうかは、自己判断せずに、医師とよく相談して、決めてください。

食物アレルギーの治療は、アレルギーをきたす食物を同定して、食べないように注意する予防が基本です。食物制限の実際ですが、今までのエピソードから、どれくらい摂取したら症状が出るかという閾値と、出現する症状の強さによって、制限の程度を決めます。卵を例にとりますと、軽症では、親子どんぶりや卵焼きなどの加熱した卵料理は除去しますが、クッキーなどの少量の卵を含む加工品は摂取できることが多いです。

重症では微量の卵を含むチクワ、ハムなども制限する必要があります。また除去する食品が卵だけではなく、卵や乳製品小麦といった多項目の食品を除去する必要がある場合には、代わりにどのような食品で離乳食を始め、栄養を取っていけばいいのか？などを栄養士、医師の指導を受けてください。

最後に食品を除去する期間ですが、乳児期から、卵や乳製品を制限除去しているケースでは、1歳から2歳ごろに耐性ができて、食べても症状が出なくなる事が多いです。それまで除去してきた食品を摂取できるかどうかの判定も、血液検査などを参考にしますが、最終的な判定は実際に食品を食べてもらって、アレルギー症状が出ないかをみる”食物負荷テスト”によります。テストする食品を少量ずつ、15分から30分間隔で摂取してもらい、じんましんや嘔吐、呼吸困難などの症状が出ないかを2-3時間以上かけて観察していきます。もし症状が出た場合には、時に応急処置をする必要がありますので、必ず医療機関で受けてく

ださい。

現在、食物負荷テストは、原則として、入院設備のある医療機関で実施されています。症状によって、外来あるいは1泊入院の形で行われておりますので、希望される方は専門医にご相談ください。