

アレルギー 予防するには？

アレルギーの原因には、花粉や食べ物があると聞きますが、予防方法も含めて現代の医療ではどこまで分かっているのでしょうか。自分にどんなアレルギーがあるか調べたいときはどうすれば良いですか。

お医者さんに聞いてみよう

②4

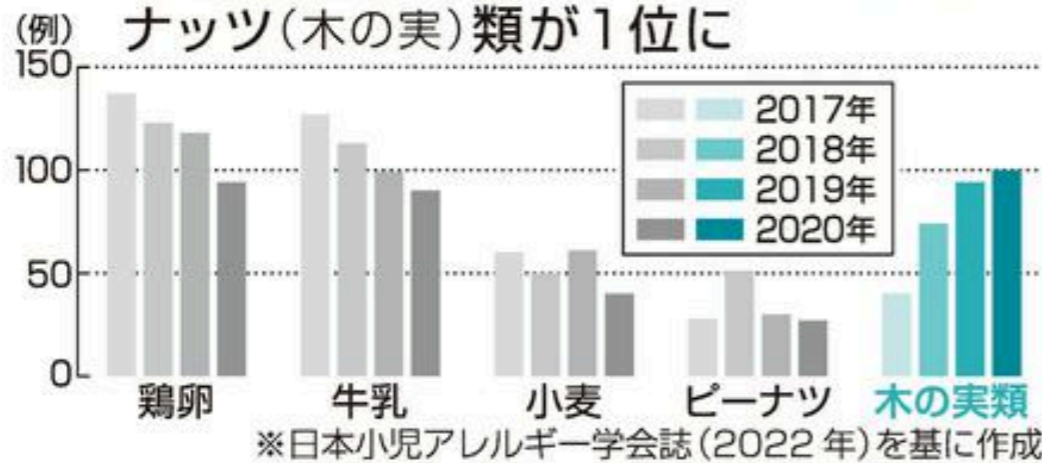


2022年に行った私たち、富山大の調査では、なんと15才未満の子どもの52%に何らかのアレルギーがあることが分かりました。

アレルギー疾患を発症する原因はさまざまですが、その一つに「経皮感作」があります。アトピー性皮膚炎などの炎症のある皮膚からアレルギーが侵入することからアレルギーのきついかで、体の中でアレルギーのきっかけとなる特異的IgE抗体という免疫物質が作られます。そのため、アレルギーの予防には日頃のスキ

日頃のスキンケアが大切

15歳未満のアナフィラキシーの原因 ナッツ(木の実)類が1位に



スキンケアが大切で、私たちは入浴の際にせっけんを使って体を洗うことがその後のアトピー性皮膚炎と食物アレルギーの発症を予防する可能性のあることを報告しました。

アレルギーは詳しい問診や、血液検査でIgE抗体の量を測ったり、実際に食べてみる食物経口負荷試験で診断します。しかしIg

最近の食物アレルギーにおけるトピックスは「ナッツアレルギー」です。ここ数年でナッツ類によるアレルギーが急増しています。

私たちの調査では子どもの食物アレルギーの原因の2位にクルミがランクインしましたし、アナフィラキシーの原因の1位になったとの報告もあります(図)。

原因はまだ分かっていませんが、クルミアレルギーがある子どもも家庭ではベッド上のほこりの中にクルミアレルゲンが、クルミアレルギーのない子どもの家と比べて多かったそうです。食習慣の変化で、昔よりナッツを食べるようになったことにより、環境中のアレルゲンが増えて経皮感作が起きたのかもしれない。

また、アレルギーのためナッツ類を一律に除去している人もいるかもしれませんがナッツはそれぞれ

《 答える人 》



加藤 泰輔さん

富山大付属病院 小児科診療助手

- ✓ 問診や血液検査で診断
- ✓ ナッツ類が原因 急増
- ✓ 日本人の4割 花粉症

E抗体が陽性でも症状が出ない人もおり、「血液検査が陽性だから念のため除去しましょう」といった対応は望ましくありません。

私たちの調査では日本人の約4割が花粉症に苦しんでおり、5歳ごろから有病率が急増しています。花粉症の治療は抗ヒスタミン薬が一般的ですが、最近では根本的な体質改善を目指す舌下免疫療法を行う人が増えています。治療期間は最低でも3年と長いですが8割以上の人に有効であることが分かっています。

また花粉症のひどい人で果物を食べると喉や耳の中がかゆくなる場合がありますが、これは「花粉-食物アレルギー症候群」と言われて花粉と果物の中に似たアレルギーが含まれるため、果物を食べた時に体が間違っただけで花粉症のような反応をすることで起こります。給食で生のピワを食べて、たくさんの中小学生がアレルギー症状を起したニュースは、皆さんの記憶に新しいのではないのでしょうか。

今やアレルギーは珍しい病気ではありません。新しい治療も登場していますので、「たかがアレルギー」と思わずアレルギー専門医に相談してみたいかがでしょうか。



隔週火曜に掲載。
これまでの連載は
こちらからご覧
いただけます