

悩まなくてもだいじょうぶ



知っておきたい アレルギーの話

NPO法人アレルギーを考える母の会
代表 園部まり子

イラスト／清水直子



第4回

食べられるものがなくなる！

❁ 「食物抗原強弱表」が
不必要な除去を助長

「食物抗原強弱表」をご存知でしょうか。この表は穀類、野菜、果物など分類ごとに、「アレルギーを起こしやすい食べ物から起こしにくい食べ物へ順番に並んでいる」とされるもので、医師や助産師などがこの表を見せて「あなたのお子さんはここまで食べてもいい」などと指導するものです。お子さんの食物アレルギーで先行きが見えないと悩んで相談を寄せるお母さんの大半は、この「食物抗原強弱表」を使っています。札幌で出会ったあるお母さんは、この表をもとにお子さんの食物除去を続けていました。アトピー性皮膚炎もあるお子さんで、あれもこれも

食べるとアトピーが悪化すると感じて除去が広がり、鶏卵、乳製品すべて、えび、かに、いか、たこ、貝類すべて、山芋、長芋、里芋、こんにゃく、まぐろ、ゆず、そば、キウイ、大豆、干し芋、干しブドウ、油など果ては売っているお菓子すべてが食べられなくなり、ご本人の言葉を借りれば「無農薬、有機野菜、新鮮な魚、無添加のもの、回転食。毎日そんなことで頭がいっぱいで、ストレスと睡眠不足で過労状態、イライラ状態一になってしまいました。（社）日本アレルギー学会前理事長（国立病院機構福岡病院名誉院長）の西間三馨先生は常々、「抗原強弱表には科学的根拠がない」と指摘されています。かつてはこうした指導が正しいとされていたこともなくはな

かったようですが、医療は大きく進歩し、今ではそうした指導は正しくなく、かえって患者に有害であると話されています。

❁ **まずアトピーをコントロール、適切な指導で解除が進む**

札幌のお母さんはその後、適切な医療に出合いました。ステロイド軟膏を正しく使ってますアトピー性皮膚炎をコントロール、食物アレルギーも専門医の適切な指導で解除が進み、食べられないのは卵、牛乳、甲殻類だけと分かりました。普通ならそれだけでも大変なのに、見通しが立ち希望が湧いたためか「普通の生活ができる。人生が変わった」と大変に喜んでおられました。不適切な除去指導が親子を苦しめています。



そのべ・まりこ ● 神奈川県社会福祉協議会セルフヘルプ支援事業運営委員。困っている患者と専門医との橋渡しを第一に「治療ガイドライン」情報などの提供、専門医による講演会や会報発行、行政への働きかけを行なっている。共著に『食物アレルギーの手びき 改訂第2版』（南江堂刊）。