

# 🍴 食物アレルギーの基礎知識 Q&A

## Q 食物アレルギーは一生治らない?

**A. 乳幼児期に発症した場合**▶年齢とともに軽快することが多く、食物にもよりますが、3歳頃までに約70%が症状なく食べられるようになるといわれています。年齢が上がればさらに食べられるようになる人は増えます。  
**年長児～成人で発症した場合**▶長期間の除去を必要とする、つまり治りにくいといわれています。治ってきているかどうかは、血液検査で推測することもあります。実際に食べてみなければわからないのです。ただし、食べてじんましんや呼吸の症状が出る可能性がある人は、食べてみるのが危険な場合もありますから、医師に相談しましょう。

(神奈川県立こども医療センター感染免疫科 鹿間芳明 アレルギー科 高増哲也 月刊母子保健第587号より)

## Q 妊娠中に卵や牛乳を除去すると、子どもは食物アレルギーにならない?

**A.** 過去にはそう言われたことがありますが、実際には、その後の大規模な調査で、そうではないという結論が出ています。  
 妊娠中に卵や牛乳を除去することでは、子どもを食物アレルギーになりにくくすることはできません。ただし、食生活に注意を払うことは大事です。基本はバランスのとれた和食中心の食生活です。



## 参考になるホームページ

アレルギーを考える母の会 2008年版 ※順不同



### 厚生省リウマチ・アレルギー情報 ▼

国のアレルギー疾患対策、専門医情報や最新治療ガイドライン情報などアレルギー相談員研修教材も掲載。  
[www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/kenkou/ryumachi/index.html](http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/kenkou/ryumachi/index.html)

### 日本アレルギー学会 ▼

専門医情報。アレルギー性結膜疾患など、各学会のアレルギー疾患管理・治療ガイドラインなど。  
[www.jsaweb.jp/](http://www.jsaweb.jp/)

### 日本アレルギー協会 ▼

ガイドライン情報、毎年2月のアレルギー週間行事の情報など。厚生労働省研究班による「アトピー性皮膚炎治療ガイドライン 2005」「食物アレルギーの診療の手引き 2005」などがダウンロード可。  
[www.jaanet.org/](http://www.jaanet.org/) (電話相談「アレルギー相談センター(無料)」 ☎03-3222-3508 詳細はホームページ参照)

### リウマチ・アレルギー情報センター ▼

厚生労働科学研究班による病態解明・治療・薬剤情報など。厚生労働科学研究補助金による制作。  
[www.allergy.go.jp/allergy/](http://www.allergy.go.jp/allergy/)

### NSAIDs(解熱鎮痛薬)不耐症・過敏症 ▼

独立行政法人国立病院機構臨床研究センター研究事業の一環。アスピリン喘息や解熱鎮痛薬によるじんましん・血管浮腫の疑いのある方に。  
[www.hosp.go.jp/%7Etsagami/rinken/crc/nsaids/index.html](http://www.hosp.go.jp/%7Etsagami/rinken/crc/nsaids/index.html)

### 医療と健康のシンポジウム ▼

最新治療ガイドラインによるアレルギーシンポジウムの案内と動画配信。(財)日本予防医学協会による。「小児アレルギー疾患Q&A」では各疾患30項目以上の質問に動画で回答、「Q&A目安箱」ではメールで質問など投稿可。新小冊子「アトピー性皮膚炎17の質問」も紹介。  
[www.sympto.jp/index.html](http://www.sympto.jp/index.html)

### 独立行政法人 環境再生保全機構「ぜん息などの情報館」 ▼

公害健康被害補償予防法に基づき、ぜん息を中心に食物アレルギーや花粉症情報、自治体や教育委員会の啓発講演会・研修会・無料の啓蒙冊子なども紹介。  
[www.erca.go.jp/](http://www.erca.go.jp/) (「ぜん息電話相談(無料)」 ☎0120-598014)

### 日本皮膚科学会 ▼

皮膚科Q&Aなど [www.dermatol.or.jp/](http://www.dermatol.or.jp/)

### 日本皮膚アレルギー学会 ▼

11月12日「皮膚の日」の「市民公開講座」の案内など。  
[www.jsda-net.jp/](http://www.jsda-net.jp/)

### 日本小児アレルギー学会 ▼

アトピー性皮膚炎情報など。「食物によるアナフィラキシー学校対応マニュアル」もダウンロード可。  
[www.iscb.net/JSPACI/](http://www.iscb.net/JSPACI/)

### アトピー性皮膚炎についていっしょに考えましょう ▼

厚生労働科学研究による。「アトピー性皮膚炎—よりよい治療のための Evidence - based Medicine とデータ集—」は医学的な根拠に基づく治療法のデータ集。データ集の「一般向けQ&A」もわかりやすい。「かゆみをやっつけよう」も必見  
[www.kyudai-derm.org/atopy/](http://www.kyudai-derm.org/atopy/)

### アナフィラキシー対策フォーラム ▼

アナフィラキシーに関する知識や医療機関情報。  
[www.anaphylaxis.jp/forum/checksheet.html](http://www.anaphylaxis.jp/forum/checksheet.html)

### 厚生省「食品の表示に関する情報提供」 ▼

パンフレット「加工食品に含まれるアレルギー表示(患者・消費者向け)」などダウンロード可。  
[www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/hyouji/index.html](http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/hyouji/index.html)



4月より特定原材料に「えび」「かに」が加わり、7品目に増えました。



## 当会がこれまでに相談にのって頂いた医療機関の中から

2008年版 東京・神奈川県

★は食物負荷試験を実施



★国立成育医療センター	総合診療部小児期診療科●赤澤晃先生 アレルギー科●大矢幸弘先生 ※毎週「ぜん息教室」や「アトピー教室」を開催、指導医のもとでチーム医療を実施 東京都世田谷区大蔵 2-10-1 ☎03-3416-0181
★国立病院機構相模原病院	内科・アレルギー科●秋山一男先生・谷口正実先生 小児科●海老澤元宏先生・今井孝成先生 相模原市桜台 18-1 ☎042-742-8311
★国立病院機構神奈川病院	小児科●野村伊知郎先生・渡辺博子先生・萬木晋先生・萬木暁美先生 秦野市落合 666-1 ☎0463-81-1771
★神奈川県立こども医療センター	アレルギー科●栗原和幸先生・高増哲也先生 横浜市南区六ッ川 2-138-4 ☎045-711-2351
★公立学校法人横浜市大付属病院	皮膚科●池澤善郎先生・相原道子先生 横浜市金沢区福浦 3-9 ☎045-787-2800
★横浜市大市民総合医療センター	皮膚科●蒲原毅先生 小児科●相原雄幸先生 横浜市南区浦舟町 4-57 ☎045-261-5656
東京逡信病院 皮膚科	皮膚科部長●江藤隆史先生 東京都千代田区富士見 2-14-23 ☎03-5214-7111
★東京慈恵医科大学附属第三病院	小児科●田知本寛先生・池松かおり先生 東京都狛江市和泉本町 4-11-1 ☎03-3480-1151
山川皮膚科	院長●山川有子先生 横浜市神奈川区大口通 57-2 トップ アングル 2F ☎045-432-1107
金沢皮膚科	院長●川口博史先生 横浜市金沢区泥亀 2-8-12 ☎045-791-5510