

食物アレルギーのこと、ご存知ですか？

食物アレルギーとは？

お子さんが、食べ物、離乳食を食べてじんま疹、せき、おう吐などを起こす病気です。アナフィラキシーといって、呼吸困難や意識障害など、強いアレルギー症状を起こすお子さんもいます。日本では、1歳児の約10人に1人の割合で発症し、原因食物は卵が最も多いことが知られています。診断には、血液検査、皮膚検査や、食物経口負荷試験（食べて症状がでるかどうかみる検査）などを行います。病気の原因は不明ですが、食べるのを遅らせるのではなく、生後6か月ごろから卵を微量食べることで、その発症が減るといいう研究があります。

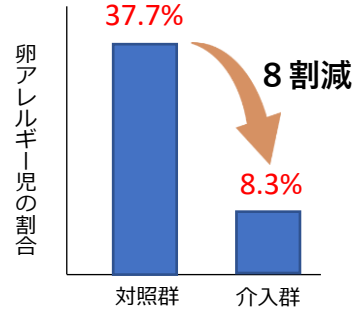
国立成育医療研究センター（東京）が行った研究では、卵アレルギー患者が減少しました

【研究の概要】卵アレルギーを発症しやすい子どもに、生後6か月から微量の卵を毎日食べてもらうことによって、1歳で卵アレルギーの発症を抑制しました。

【研究の対象者】生後数か月以内から「痒みのある湿疹」（＝アトピー性皮膚炎）があり適切なスキンケアとステロイド外用薬で、生後6か月までに湿疹を治すことができた赤ちゃん

【卵の食べ方】研究用の加熱全卵粉末を、生後6か月から極少量（卵として約0.2g相当）、生後9か月からは約5倍に増量して、1日1回摂取しました。食べ始める時と増量する時には、病院の中で食べて安全を確認しました（負荷試験）。比較対照として、同じ人数の赤ちゃんに、鶏卵を含まないパウダーを食べてもらいました。

【結果】1歳時点で、加熱全卵約1/2個相当に対してアレルギー反応を示した人数を比べたところ、全卵粉末を食べた群では、アレルギー反応を認めた子どもの割合が少ないという結果が得られました。

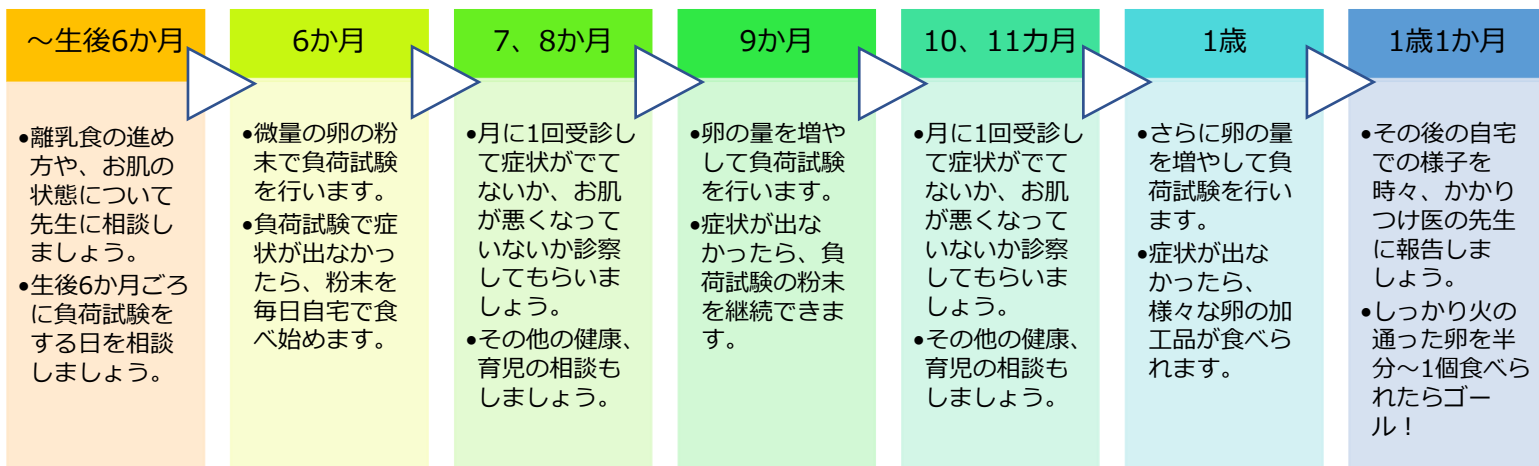


日本小児アレルギー学会「鶏卵アレルギー発症予防に関する提言」で早期の微量摂取を推奨

上記の研究結果を受け、学会は「鶏卵アレルギー発症予防に関する提言」を公表しました（2017年）。この提言では、**鶏卵アレルギーの発症を予防するために、離乳食での鶏卵摂取を遅らせるのではなく、むしろ早期に微量摂取を開始することを推奨しています。**ただし、すでに鶏卵アレルギーになっている乳児では、摂取によってアレルギー症状がおきる危険も伴うため、**必ず医師の指導のもと**に摂取を開始することを求めています。自己判断で摂取を開始するのではなく、必ずかかりつけの小児科医に相談した上で離乳食を進めてください。提言の解説は右のQRコードよりご自身で確認できます。



実際の診療の流れ



注意事項：負荷試験は症状が出る可能性があるため、自宅では行えません。また、臨床研究の結果からも、卵アレルギーの発生を100%予防するわけではありません。医師の指導のもと食品を食べ進めていくようにしてください。

費用負担について

診療代金は、通常保険で賄われます。お持ちの保険や、子ども医療証（公費）などによって、自己負担額が異なります。卵の食品粉末は、30日分4,500円（税抜）でWEB購入できます（商品名：たまごな25、たまごな250）。

詳しくは、かかりつけ医の先生に相談してください。