

食物アレルギーとは何だろう？

— きちんと理解していますか —

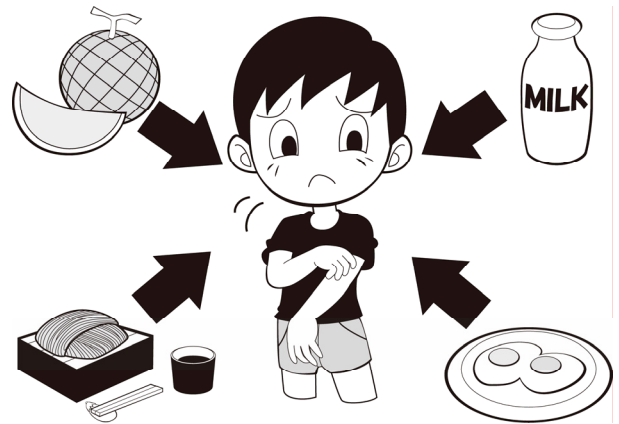
★ 食物アレルギーとは

食物を食べてアレルギー反応を起こし、皮膚のかゆみや発赤、じんましん、顔がむくむ、ゼーゼー、せき、吐く、下痢などの症状がでることをいいます。ひどいときは**アナフィラキシーショック**(顔色が悪い、ぐったり、意識の低下)になります。

★ 原因食物

乳幼児期は、**卵、牛乳、小麦**などが多く、

学童期は、**そば、エビ、カニ、果物、ピーナッツ**などが増えてきます。



★ 頻度と特徴

乳幼児期で**5～10%**、学童期で**1～2%**です。

乳幼児期では、食物アレルギーに**アトピー性皮膚炎**を多く合併することがあります。

乳幼児期では、**成長すると多くの人が食べても症状が出なくなります。**

★ 原因食物を探すためには

食事内容と症状の起こり方を**食物日誌**に記録することが大切です。

★ 治療

原因となる食物を除去する食事療法が中心ですが、**自己判断で除去をせずにかかりつけ医に相談しましょう。**
必要があれば、薬物療法を併用します。

★ アナフィラキシーショックの場合は直ちに救急車を呼んでください。