

食物アレルギーの 症 状

食物アレルギーは小児科診療の中ではよくみかけるものです。程度の軽いものから、死に至るかもしれない重篤なものまで様々です。

この病気のことをきちんと理解し、軽いうちに早く治してあげることがとても重要です。



特殊なアナフィラキシー

非常にまれですが、特定の食物を摂取したあとに運動をすると、じんましんから始まって急激にショック症状をおこすことがあります。「食物依存性運動誘発アナフィラキシー」と呼んでいます。

どの食物でもおこることがあります
が、とくに小麦や魚介類が多いよう
です。

例えば学校の給食後にすぐにサッカーナどの運動をした場合におきることがあります。じんましんが最初の症状であることが多いようです。

食物アレルギーを持っている子は、食事後は激しい運動を控える、じんましんが現れたときにはすぐに運動を中止し、保健室などへ連れて行ってもらい休憩をとるようにさせて下さい。

じんましんに加えて、喉頭浮腫（かすれ声になり、喉を苦しそうにする）や喘鳴（ゼーゼーという呼吸音）がし
だしたら緊急事態と考え、救急車で病院に搬送してください。



食物アレルギーの症状

食物アレルギーがある人は、原因となる食物中に含まれるたんぱく質などが腸から吸収され、血液中を流れていって体中でアレルギー反応をひきおこします。その主な場所は皮膚（アトピー性皮膚炎、じんましんなど）、呼吸器の粘膜（喉頭浮腫、気管支喘息など）、鼻や目の粘膜（アレルギー性鼻炎・結膜炎）などです。

それぞれの場所では、アレルギーの原因物質に対して**IgE抗体**が結びつくことをきっかけに、強い「アレルギーの嵐」がおきています。

症状の中でもっとも激しい反応が**アナフィラキシー**です。ショック症状をおこして血圧低下や呼吸困難をおこし、ときには死に至ることもあります。ぜったい避けたい事態です。

図1 食物アレルギーの発症機序



表2 食物アレルギーにより引き起こされる症状

皮膚粘膜症状	皮膚症状：そう痒感(かゆみ)、じん麻疹、血管運動性浮腫、発赤疹、湿疹 粘膜症状：眼粘膜充血、そう痒感(かゆみ)、流涙(涙が流れ出る)、眼瞼浮腫(まぶたがむくむ)
消化器症状	悪心(気分が悪くむかむかした感じ)、疝痛発作(おへそを中心にしておなかが痛くなる)、嘔吐、下痢、慢性の下痢による蛋白漏出・体重増加不良
上気道症状	口腔粘膜や咽頭のそう痒感、違和感(イガイガしたいつもと違う感じ)、腫脹(はれる)、咽頭喉頭浮腫(のど、のどの奥の方のむくみ)、くしゃみ、鼻水、鼻閉(鼻がつまる)
下気道症状	咳嗽(せき)、喘鳴(ぜーぜーして息が苦しくなる)、呼吸困難
全身性症状	アナフィラキシー症状：頻脈(脈が早くなること)、血圧低下、活動性低下(ぐったりする)、意識障害など

表3 アナフィラキシーの典型的症状

初期の症状	口内違和感、口唇のしびれ、四肢のしびれ、気分不快、吐き気、腹痛、じん麻疹など
中程度の症状	のどが詰まった感じ、胸が苦しい、めまい、嘔吐、全身のじん麻疹、ぜーぜーして苦しくなる
強い症状	呼吸困難、血圧低下、意識障害

