

1 食物アレルギーの基礎知識

(1) 食物アレルギーとは

ア 定義

一般的には、特定の食物を摂取することによって、皮膚・呼吸器・消化器あるいは全身性に生じるアレルギー反応のことをいいます。

イ 頻度

食物アレルギーの有症者率は以下のとおりです。

	食物アレルギー	アナフィラキシー	エピペン®保持者
小学校	4.5%	0.6%	0.4%
中学校・中等教育学校	4.8%	0.4%	0.2%
高等学校	4.0%	0.3%	0.1%
合計	4.5%	0.5%	0.3%

「学校生活における健康管理に関する調査」(平成25年度) 文部科学省委託事業 (公益財団法人日本学校保健会実施)

ウ 原因

原因食物は多岐にわたり、学童期では鶏卵、乳製品だけで全体の約半数を占め、主要な上位10品目(以下甲殻類、ソバ、果物類、魚類、ピーナッツ、軟体類、木の実類、大豆)で全体の88.8%を占めます。実際に学校給食で起きた食物アレルギー発症事例の原因食物は甲殻類(エビ、カニ)や果物類(特にキウイフルーツ)が多くなっています。

なお、鶏卵、牛乳、小麦、大豆などの主な原因食物は年齢を経るごとに耐性化(食べられるようになること)することが知られており、乳幼児早期に発症する食物アレルギーの子どものおよそ9割は就学前に耐性化すると言われていています。しかし、上記の主な原因食物以外の原因食物(ピーナッツ、ソバ、甲殻類、魚類など)の耐性化率はあまり高くないことが知られています。

エ 食物アレルギーの症状

症状は多岐にわたり、じんましんのような軽い症状からアナフィラキシーショックのような命にかかわる重い症状まで様々です。

食物アレルギーの症状

皮膚の症状		かゆみ、むくみ、じんましん、皮膚が赤くなる
粘膜症状	眼の症状	白目が赤くなる・プロプロになる、かゆくなる、涙が止まらない、まぶたが腫れる
	鼻の症状	くしゃみ、鼻汁、鼻がつまる
	口やのどの症状	唇の腫れ、口の中やのどの違和感や腫れ、のどのかゆみ・イガイガ感
消化器の症状		腹痛、気持ちが悪い、吐く、下痢
呼吸器の症状		のどが締めつけられる感じ、声がかすれる、犬がほえるようなせき、せき込み、ゼーゼーする呼吸、呼吸がしづらい
全身性症状	アナフィラキシー	皮膚・粘膜・消化器・呼吸器の様々な症状が複数出現し、症状がどんどん進行してくる状態
	アナフィラキシーショック	ぐったり、意識もうろう、意識がない、血圧低下、失禁、脈がふれにくい、脈が不規則、唇や爪が青白い

(2) 食物アレルギーの病型

ア 即時型食物アレルギー

食物アレルギーの児童生徒のほとんどは、この病型に分類されます。原因食物を食べて2時間以内に症状が出現し、その症状はじんましんのような軽い症状から、生命の危険も伴うアナフィラキシーショックに進行するものまで様々です。

イ 口腔アレルギー症候群

果物や野菜、木の実類に対するアレルギーに多い病型で、食後5分以内に口腔内（口の中）の症状（のどのかゆみ、ヒリヒリする、イガイガする、腫れぼったいなど）が出現します。多くは局所の症状だけで回復に向かいますが、5%程度で全身的な症状に進むことがあるため注意が必要です。

ウ 食物依存性運動誘発アナフィラキシー

多くの場合、原因となる食物を摂取して2時間以内に一定量の運動（昼休みの遊び、体育や部活動など患者によって様々）をすることにより、アナフィラキシー症状を起こします。原因食物としては小麦、甲殻類が多く、このような症状を経験する頻度は、中学生で6,000人に1人程度とまれです。しかし、発症した場合には、じんましんからはじまり、高頻度で呼吸困難やショック症状のような重篤な症状に至るので注意が必要です。原因食物の摂取と運動の組み合わせで発症するため、食べただけ、運動しただけでは症状は起きません。何度も同じ症状を繰り返しながら、この疾患であると診断されていない例もみられます。