

# I 食物アレルギーの基礎知識

## 1 食物アレルギーとは

食物アレルギーは、医学的には「食物によって引き起こされる抗原特異的な免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状が惹起される現象」と定義されています。

Q.1

食物アレルギーはどのような仕組みで発症するのですか？

A.1

食物アレルギーは、「IgE 抗体」と「アレルゲン」が結び付き、細胞内に蓄えられているヒスタミンなどの物質が放出されることにより発症します。

「IgE 抗体」とは、アレルギー反応に関係する抗体で、有害な細菌やウイルスなどの病原体から、体を守る免疫の働きにより作られます。

「アレルゲン」とは、私たちの体に入ってアレルギー症状を引き起こす原因となる物質（食物アレルギーでは食品中のたんぱく質）です。

食物アレルギーは、本来は体に無害なはずの食品に対して、過敏に反応することで起こります。

【図1】 参照

【図1】

### 食物アレルギーの仕組み

(日本学校保健会：  
食物アレルギーによるアナフィラキシー  
学校対応マニュアル小・中学校編  
(2005.4)から引用)



Q.2

食物アレルギーと間違えやすい疾患にはどのようなものがありますか？

A.2

食物アレルギーのような症状が出て、食物アレルギーではない場合があります。

例えば、青魚を食べてじんましんが出た場合、鮮度の低下により魚の中でヒスタミンができたことによる化学性食中毒のことがあります。

また、ウイルスや細菌で汚染された食品を食べて起きる食中毒や、牛乳中の乳糖が分解できない乳糖不耐症などでも腹痛や下痢を生じます。

食品とは全く関係なく、体調や温度の変化でじんましんが出ることもあります。

Q.3

食物アレルギーの検査や診断にはどのようなものがありますか？

A.3

食物アレルギーは、特定の食物で症状が現れること（問診・食物経口負荷試験）や、その食物に対する IgE 抗体が存在すること（特異的 IgE 検査）を検査した結果で診断されます。

### 1 問診

症状を詳しく聞くだけでほとんどの食物アレルギーは診断が可能です。

症状が出る前に、何を、どれだけ食べたか、食べてから発症までの時間、症状の様子と持続時間、症状の再現性（同じような食品を食べたときに同じような症状を経験すること）の有無などについて聞きます。

### 2 食物経口負荷試験

医師の管理の下で、食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品を摂取して、症状の出現を観察します。

食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品を15～30分ごとに3～6回、徐々に増量しながら摂取します。

途中で症状が現れれば、陽性（食物アレルギーを有する）と判断します。

食物アレルギーの有無だけでなく、症状が誘発される摂取量や、誘発症状の重症度も含めて評価することができます。

食物経口負荷試験は、県内では各市の基幹病院の小児科の多くで実施されています。一定の基準を満たした医療機関で行う負荷試験は、保険適用となっています。

### 3 特異的 IgE 検査（血液検査・皮膚プリックテスト）

血液検査は、血液中の特異的 IgE 抗体の有無を調べる検査です。例えば、卵アレルギーであれば、血清中に卵白特異的 IgE 抗体が検出されます。

皮膚プリックテストは、食物アレルギーが疑われるアレルゲンを含む食品（若しくはそのエキス）を皮膚につけ、針で軽く刺すことで特異的 IgE 抗体の有無を証明する検査です。

## 2 即時型食物アレルギー

食物アレルギーは、食物を摂取して2時間以内に症状が起きる「即時型食物アレルギー」と、数時間以上たってから起きる「非即時型（あるいは遅発型、遅延型）食物アレルギー」の大きく二つに分けられます。多くは「即時型食物アレルギー」ですが、両方の反応を併せ持つ場合もあります。児童生徒が発症する食物アレルギーのほとんどは食後2時間以内に症状が現れる「即時型食物アレルギー」です。「即時型食物アレルギー」の症状には、「アナフィラキシー」や「アナフィラキシーショック」などがあり、生命の危険を伴うこともあります。

また、即時型食物アレルギーの特殊なタイプとして、口腔アレルギー症候群と食物依存性運動誘発アナフィラキシーがあります。