

食物アレルギーを知ろう（１）

食物アレルギーとは、
特定の食べ物によって引き起こされる過剰な免疫反応のことを言います。
本来体に害のない食べ物を、
異物と勘違いし過敏に反応してしまいます。

食物アレルギーを引き起こす物質の大部分はたんぱく質です。
たんぱく質はほとんどの食品に含まれています。
そのため、様々な食品が原因となり得るのです。

傾向として、
高校生頃までは鶏卵・牛乳によるものが多く、
その後はえびやかになどの甲殻類・さけやさばなどの魚類・果物が増加するなど
多様化していきます。

症状も様々です。
主な症状は
かゆみやじんましん、唇やまぶたの腫れ、吐き気やおう吐など、
重い症状の場合には
息が苦しくなる、意識がもうろうとする、血圧が低下しショック状態になるなど、
命にかかわる非常に危険な場合もあります。

食物アレルギーは、原因食物により
幼い時期に発症し成長とともに改善が期待される場合と
生涯にわたって続く場合があります。
また、現在食物アレルギーがない方であっても、誰にでも発症の可能性はあります。

このように、食物アレルギーには個人差があります。
まずは専門医を受診し、正しい診断・適切な指示を受けることが大切です。

(参考)

消費者庁「平成30年度食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業報告書」
「アレルギー表示とは」