

食物アレルギーについて、知っておこう!

食物アレルギーとは、

本来栄養素であり、積極的にからだに取り込む必要のある食物に対して、過剰な免疫反応(アレルギー反応)が起こり、様々な症状があらわれることです。

軽いじんましんから直ちに対応しないと、生命にかかわる重篤な状態(アナフィラキシーショック)まで症状は様々です。



食品のアレルギー表示について

●現在、食品衛生法で以下の表示が定められています。

規定	アレルギーの原因となる食品の名称	表示をさせる理由	表示は義務かどうか
省令	卵、乳、小麦、えび、かに	発症件数が多いため	表示義務
	そば、落花生	症状が重くなることが多く、生命に関わるため	
通知	あわび、いか、いくら、オレンジ キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば 大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ もも、やまいも、りんご、ゼラチン	過去に一定の頻度で発症が報告されたもの	表示を奨励(任意表示)

出典:厚生労働省 医療食品局 食品安全部 基準審査課 政策レポート

●食品のアレルギー表示についての問合せは最寄りの保健所をお願いします。

こどもと大人(成人)の食物アレルギーの違い

小児、特に乳幼児期に発症する食物アレルギーと大人になって発症するものでは、以下のような違いがあります。**最近は成人タイプの食物アレルギーも増えています。**

こどものアレルギー

主な原因物質



鶏卵

乳製品

小麦

対応

(アレルギー)除去食が基本です。近年、専門医のもとで「経口免疫療法」も行われるようになりました。また最近**皮膚からの侵入**が指摘されており、しっしんが出ていると、原因物質を取り込みやすいそうです。生活環境の整備と**スキンケア**も重要です。

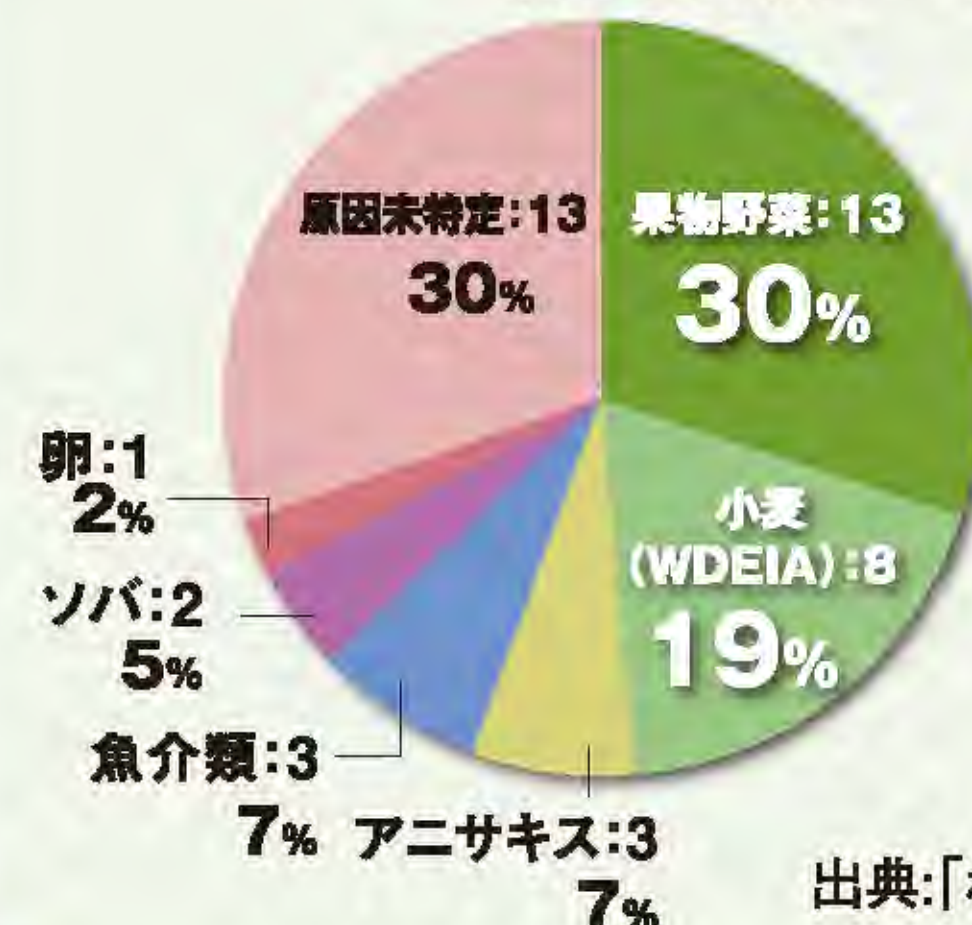
大人のアレルギー

主な原因物質

果物・野菜アレルギーが多い。

成人食物アナフィラキシーの原因

(相模原病院アレルギー科を受診した43例の解析)



リンゴ、サクランボ、大豆×2
豆乳×2、キウイ、メロン
バナナ、ジャガイモ(FDEIA)

出典:「わたしは消費者No.130食物アレルギー発症のメカニズム」

大人食物アレルギーの特徴

～発症のメカニズムは2つに分かれます～

- 経口感作(食べることで発症するもの)
- 腸管外感作(皮膚や粘膜のアレルギーから始まるもの)

対応と注意点

どんな成分であっても、人によっては稀にアレルギーを起こす可能性があります。表示にとらわれ過ぎず、異常を感じたらすぐに使用や摂取を中止しましょう!

花粉症、化粧品・日用品もアレルギーを引き起こす場合があります。



消費者も自ら情報を収集し、安全性を判断する心構えが大切です。

東京都消費生活総合センター [相談専用電話] 03(3235)1155