



発行日：2018年4月20日 発行元：協同組合青森総合卸センター



花粉症や食物アレルギー等様々なアレルギーがありますが、どのアレルギーもつらいものです。幸い自分はアレルギーはないという方も油断大敵。今回は、食べていなくても突然発症する大人の「食物アレルギー」についてお知らせします。

食べていないのに突然発症!?

食物アレルギーの新常識

一口食べただけでじんましんや呼吸困難等を引き起こす食物アレルギー。子供に多いイメージがありますが、大人が突然発症することもある。この原因の一つに、「食べ物のさわり過ぎ」があることが近年わかってきました。また、肌荒れがあると特に発症リスクが高まり、わずかな肌荒れでも、長時間食べ物を肌につけ続けたり、ふれる量が多かったり、頻度が高かったりするとリスクが増すと考えられています。



大人の食物アレルギーの2つの新常識

- ① 「食べ物のさわり過ぎ」で食物アレルギーが発症することがあります。肌荒れがあるとリスクが上昇するため、肌荒れの治療で症状が改善することもある。
- ② 食物アレルギーを引き起こす原因物質が、ペットにつくマダニの唾液や天然ゴム、花粉等食べ物ではない物にも含まれていて、それが原因で食物アレルギーになることがあります。

詳しくは裏面をご覧ください。

食物アレルギーを招く「食べ物のさわり過ぎ」

食物アレルギーは、体中のリンパ節にいるT細胞という免疫細胞が、「口から取り込んだ」食べ物を敵だと認識することをきっかけに発症すると考えられています。しかし、最近の研究で、肌荒れ等皮膚に炎症があると、表皮に存在する樹状細胞が活性化し、「さわっている食べ物」を捕まえてT細胞に敵だと報告することがわかってきました。初期症状として、その食べ物にさわるとかゆみやじんましんが起きたりします。

全ての食物アレルギーに有効なわけではありませんが、肌荒れの治療でアレルギーの症状が改善されたケースが報告されています。

該当する人は要注意！

肌荒れ（湿疹等）がひどい状態で食べ物を触り続ける。



自己流の美容法で食べ物を肌につけ続ける。

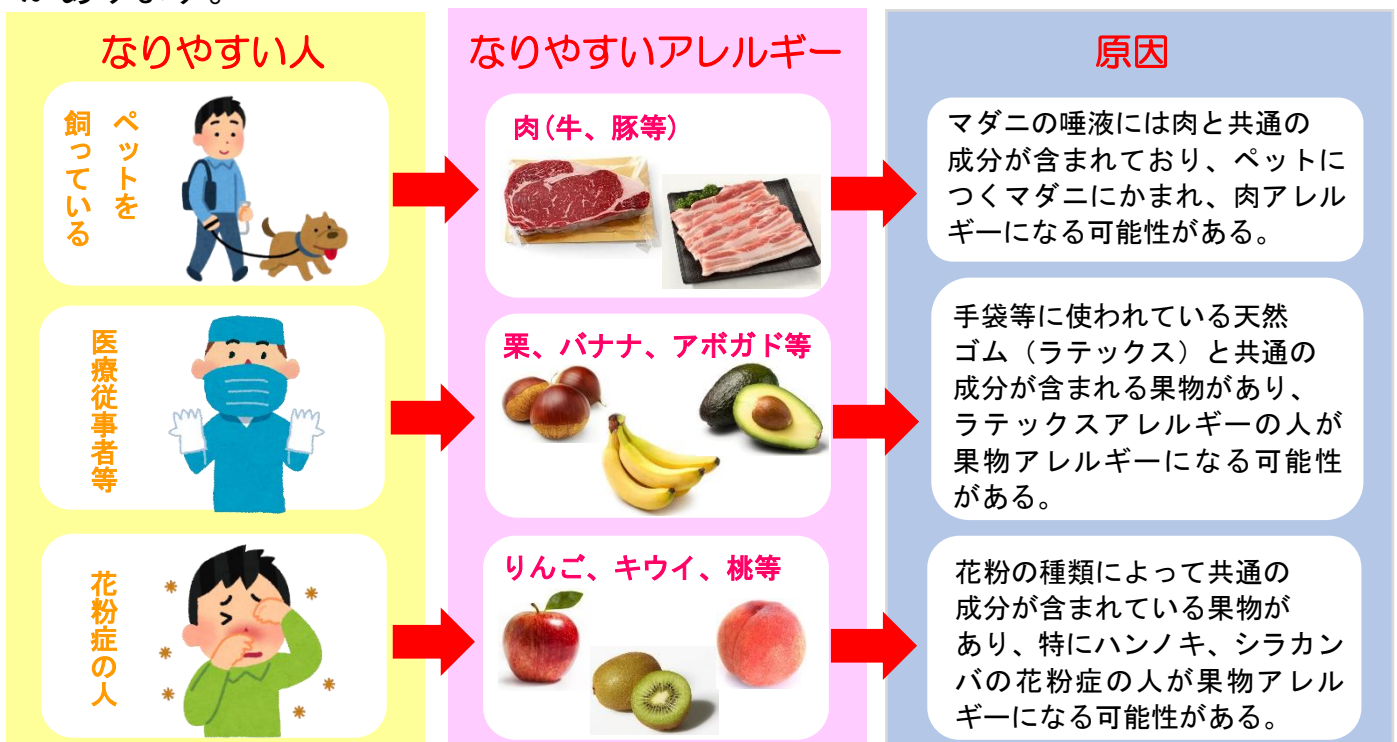


「さわり過ぎ」でアレルギーを発症した事例

- ひどい手荒れの状態で10年以上料理をしていたため、主婦が人参アレルギーになった。
- ひどい手荒れの状態で1年以上レストランで働き、料理人が魚アレルギーになった。
- 美容のため3年以上洗顔フォーム等にはちみつを混ぜて使用し、女性がアレルギーになった。

食物アレルギーの意外な原因

食物アレルギーの原因物質は、食べ物ではない物に共通して含まれていることがあります。



※食物アレルギーには個人差があります。専門医を受診することをお勧めします。

NHKガッテン！ (<http://www9.nhk.or.jp/gatten/>) を加工し作成