

子どもの
牛乳アレルギー

正しく知って、

正しく向き合うことが大切です。



赤ちゃんのとき発症した牛乳アレルギーは、成長とともに治っていくことも多いです。赤ちゃんのときの診断をそのままにしないで、定期的な診断の見直しと、管理のサポートを受けましょう。

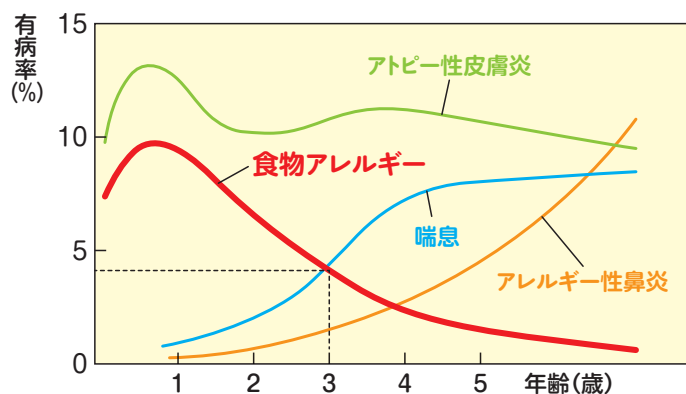


ご存じですか? 「食物経口負荷試験」

食物アレルギーは0歳の間が最も多く、10%弱の子どもで発症しますが、その後は一般に3歳で半減し、小学校に上がるころには1~2%になります。年に1度は受診して、正しい診断を受けることが大切です。

食物アレルギーの診断は問診や検査でIgE抗体の存在の有無を調べます。でも、IgE抗体陽性の結果が出れば必ず食物アレルギーかという、そうでもありません。正しい診断を行うためには、検査だけでなく、専門医による「食物経口負荷試験」を行う必要があります。

●小児アレルギー性疾患の有病率の推移



出典: 「小児アレルギーシリーズ 食物アレルギー」(診断と治療社)より作成

安全に食べられる量を知ろう!

食物アレルギーの管理は、以前は原因食物を「とらない」が基本でした。しかし近年は、安全に食べられる量を知って「上手にとれるようにする」と方針が変更され、「正しい診断に基づいた必要最小限の食物の除去」が原則となっています(食物アレルギー治療ガイドライン2016)。

特に牛乳乳製品は「食べられる量」を知ることが重要です。食物経口負荷試験では、たとえば牛乳25mL(多くの加工品に含まれる量)がダメでも、牛乳3mL(日常に使用するバター相当の量)なら大丈夫、というように、細かく具体的に知ることができます。過剰な食物制限をしなくてすみ、食べられる範囲までを安心してとることができます。

うちの子は牛乳25mLまでOK!



アレルギーは重篤な症状を起こす場合があるので、専門医による適切な診断と治療が必要です。

用語解説

IgE抗体

血液中に存在する「抗体」(免疫グロブリン)の1種で、主にアレルギーに関係するものです。IgE抗体はアレルギーの原因物質(抗原)が体内に入ると作られて、抗原が再び体内に入ると抗原とIgE抗体が結びつき、アレルギー症状が出ます。IgE抗体が抗原に対して作られ、体の中に存在するかどうかは、皮膚テストや血液検査で調べることができます。

食物経口負荷試験

食物アレルギーの原因食物を特定するための検査で、原因として疑われる食物を実際に食べて判断します。重い症状が出ることもあるため、必ず病院・医院で行います。

食物経口負荷試験を実施している施設は、食物アレルギー研究会のサイト (<http://www.foodallergy.jp>) から検索できます。