

## 第1章 食物アレルギーについて

## 1. 食物アレルギーとは

一般的には特定の食物を摂取することによって、皮膚・呼吸器・消化器あるいは全身性に生じるアレルギー反応のこと。

## 2. 食物アレルギーのタイプ

即時型 … 摂取後早期（2時間以内）の反応  
非即時型 … 摂取後2時間超えてからの反応

食物アレルギーの児童・生徒のほとんどは即時型に分類される。原因食品を食べて2時間以内に症状が出現し、その症状はじんましんのような軽い症状から、生命の危険も伴うアナフィラキシーショックに進行するものまでさまざまである。

## 3. 食物アレルギーにより引き起こされる症状

皮膚症状	かゆみ・じんましん・発赤
粘膜症状	
眼症状	結膜充血・浮腫・かゆみ・流涙・まぶたの腫れ
鼻症状	くしゃみ・鼻汁・鼻閉
口腔咽頭症状	口腔・口唇・舌の違和感・腫脹・のどの痒み・イガイガ感
消化器症状	腹痛・吐き気・嘔吐・下痢・血便
呼吸器症状	のどのつまった感じ・咳・ぜん鳴（ゼーゼー）・呼吸困難
ショック症状	グッタリ・顔面蒼白・意識障害

## 4. アナフィラキシーとは

## ・アナフィラキシー

アレルギー反応により、じんましんなどの皮膚症状、腹痛や嘔吐などの消化器症状、ぜん鳴（ゼーゼー）、呼吸困難などの呼吸器症状が、複数同時にかつ急激に出現した状態をいう。

## ・アナフィラキシーショック

上記の状態からさらに、血圧低下、意識低下や脱力を来すような場合を、特にアナフィラキシーショックと呼び、直ちに対応しないと生命にかかわる重篤な状態となる。

## ・運動誘発アナフィラキシー

特定もしくは不特定の運動を行うことで誘発されるアナフィラキシー症状のこと。食物依存性運動誘発アナフィラキシーと違い、食物との関連はない。

・食物依存性運動誘発アナフィラキシー

アナフィラキシーの中でも、アレルギー反応によらず運動や物理的な刺激などによって起こる場合がある。

多くの場合、原因となる食物を摂取して2時間以内に一定量の運動（昼休みの遊び、体育や部活動など患者によってさまざま）をすることによりアナフィラキシー症状を起こす。

原因食品としては、小麦、甲殻類が多い。発症した場合は、じんましんからはじまり、高頻度で呼吸困難やショック症状のような重篤な症状にいたる。原因食品の摂取と運動の組み合わせで発症するため、食べただけ、運動しただけでは症状は起きない。

■ 緊急時に備えた処方薬

1. 内服薬（抗ヒスタミン薬、ステロイド薬）

内服薬は、内服してから効果が現れるまでに時間がかかるため、アナフィラキシーショックなどの緊急を要する重篤な症状に対して効果の期待ができない。

2. アドレナリン自己注射薬（商品名「エピペン®」）

アドレナリン自己注射薬「エピペン®」は、アナフィラキシーを起こす危険性が高く、万一の場合に直ちに医療機関での治療が受けられない状況下にいる者に対し、事前に医師が処方する自己注射薬。

出典：学校のアレルギー疾患に対する取組みガイドライン（財団法人 日本学校保健会）  
学校における食物アレルギー対応ガイドライン（大阪府教育委員会）