

平成 27 年度消費者庁支出委任費

食物アレルギー

ひやりはつと

事例集

2015

Food Allergy

はじめに

この度、消費者庁からの委託業務として「食物アレルギーひやりはっと事例集 2015」を発刊することになりました。第1版は平成19年（2007年）に開催された第44回日本小児アレルギー学会（会長；宇理須厚雄）の記念誌として出版されました。その後、2012年、2013年、2014年と1年ごとに改訂しており、今年度も改訂版を出すことになりました。

昨年、総務省から愛知県と富山県の保育所・幼稚園を対象に行われた食物アレルギーに関するアンケート調査の結果が報告されました。食物アレルギーをもった患児は0歳と1歳に多く、その後、加齢と共に漸減して行きます。患者さんは平均で5%くらいおられます。また、90%以上の保育所や幼稚園に食物アレルギーの患児が在籍し、どこの園でも食物アレルギー対応が求められ時代と言えます。エピペン®を保有する患児も0.2%と小学校の0.25%とほぼ同じ比率で、園でもエピペン®対応が求められるようになってきました。

また、誤食事故も約5割の園が経験しており、そのうち配膳ミスが誤食の7割くらいを占め、給食でのマニュアル作成と研修が必要です。

今回発刊した「ひやりはっと事例集」でも、このような食物アレルギー関連のインシデント・アクシデントは園・学校、託児所、児童相談所、キャンプ、レストラン・ホテル、航空機、病院など食事を提供する施設・場面から報告されています。その中で最も食物アレルギー事故が起きているのは家庭です。食物アレルギーの子どもさんをお持ちの家庭は対処法を知り、実践することは必須です。

昨年、食品表示法が発行されました。アレルギー表示関連では、①特定加工食品や代替表記の拡大表示の整理、②個別表示を原則とし、一括表示をする場合は、原材料として含まれるアレルギー食品を表示の最後にすべて一括して記載すること、③表示可能面積が30cm²以下と小さい個包装の場合でもアレルギーは表示しなければならないとするなど、一部改訂されました。これらの変更によって、表示に関連した誤食事故が減ることが期待されます。本冊子の事例??（冊子の最終稿をみて番号を入れます）と事例??（冊子の最終稿をみて番号を入れます）が今回のアレルギー表示改訂で防ぐことが期待される誤食事故です。

私たちが収集した、食物アレルギーひやりはっと事例の中にも、アナフィラキシーの報告は何例かありました。これらはあくまで報告例なので、頻度を示す疫学調査ではありませんが、稀に致死的となりうるアナフィラキシーが発生していることは確実です。これらの食物アレルギー事故にも、ハインリッヒが労働災害で見出した「1件の重要災害の陰には29件の軽症事故があり、そのまた陰には300件の無傷災害が起きている」という1:29:300の法則があてはまると推測されます。人間はもともとミスを犯しやすい動物であり、ヒューマンエラーは避けられません。園・学校、レストランなど食事を提供する施設は、食物アレルギーによる誤食予防と緊急時の対応のために、各施設に適した具体的なマニュアルを作成し、全職員に対してその広報ならびに研修とエピペン®注射実習など現地訓練（シミュレーション）が重要といえます。最近では、ロールプレイによる研修も行われています。エピペン®に関わるひやりはっと事例をロールプレイのセッティングに取り入れるのも良い考えです。本書が食物アレルギー誤食事故防止の注意点として参考になるだけでなく、研修の企画作成にも役立ち、食物アレルギー患者さんの安全確保に貢献できることを期待しています。

最後に、事例収集のために協力して頂いたNPO法人アレルギー支援ネットワークの関係各位、ならびに、アンケートに回答して頂きました方々に心から深謝申し上げます。

平成28年7月27日

うりすクリニック 名誉院長

藤田保健衛生大学医学部 客員教授

宇理須 厚雄

目次

共通

1. 症状誘発するアレルゲン量に関する基礎知識	11
1) アレルギーを誘発するアレルゲンの量には個人差があります	
事例 1 これくらいは大丈夫よ、きっと… (鶏卵・牛乳)	
2) ごくわずかな量で症状を起こすこともあります	11
事例 2 コップに残っていたミルクで大変なことが… (牛乳)	
事例 3 卵抜きで調理していたのに… (鶏卵)	
事例 4 卵の調理した鍋を洗わなかったための混入 (鶏卵)	
事例 5 ジュースのノズルから牛乳が混入 (牛乳)	
事例 6 触っただけなら大丈夫と思ったのに… (牛乳)	
事例 7 スプーンが一緒だっただけに… (魚)	
事例 8 同じ袋に入っていただけに… (ピーナッツ)	
事例 9 入院中、風船で遊んだら… (鶏卵)	
3) 体調によって誘発量が若干変わることがあります	14
事例 10 いつも食べているので大丈夫と思って… (ジャガイモ)	
2. アレルゲン含有量とアレルギーの起きる原因	14
1) 同種類の加工食品でもアレルゲン含有量には差があります	
事例 11 このパンは大丈夫と思ったら… (鶏卵)	
事例 12 原材料が同じで似ている食品だからと… (小麦)	
事例 13 紙袋に残っていた大豆の粉で喘息発作が… (大豆)	
2) 食物アレルゲンは接触や吸入でも起きます	15
事例 14 小麦ねんどは、小麦なんだよ! (小麦)	
事例 15 触った手で眼をこすってしまい… (鶏卵)	
事例 16 肌着の素材にアレルゲンが… (牛乳)	
事例 17 卵のついたトングを触って… (鶏卵)	
3. アレルギー検査	17
1) 血液検査で陽性と判断されたすべての食品を除去する必要はありません	
事例 18 血液検査の結果で、除去、除去といわれ続けて、体重が… (牛乳、鶏卵、小麦)	
2) 血液検査 (IgE) の値の低い食品の安全性が高いとは限りません	17
事例 19 うどんならいいかなと思ひ、試してみたら… (小麦)	
4. 学童期以降に発症することが多い食物アレルギーの特殊型	18
1) 花粉症を合併する患者にみられることが多い果物や野菜の口腔アレルギー症候群	18
事例 20 いつも食べていたトマトなのに… (トマト)	

事例 21	味噌、醤油、豆腐は食べていたのに… (大豆)	
2)	運動で悪化するまたは運動後に誘発される食物アレルギー	19
事例 22	これまで小麦は大丈夫だったのに、どうして… (小麦)	
5.	急性症状への対応	19
エピペン®注射に関する事例		19
事例 23	エピペン®注射、子どもの反応は「打たないで」… (牛乳)	
事例 24	エピペン®注射のタイミング、消防署の救急救命士に相談しました… (小麦)	
事例 25	主治医の救急外来へ相談、医師の指導で母が注射… (鶏卵)	
事例 26	アナフィラキシーショックになってしまい、養護教諭がエピペン®を注射… (牛乳)	
事例 27	予期せぬ食品でアナフィラキシー、養護教諭が適切な判断でエピペン®を注射 (カシューナッツ)	
事例 28	給食で小麦入り料理を食べて縄跳びをしたらアナフィラキシー、本人がエピペン® (小麦)	
6.	除去食と誤食予防	22
事例 29	病院の医師に少しずつ解除しましょうといわれ、ヤクルトを飲ませたところ… (牛乳)	
1)	母乳を介する食物アレルギーの治療で気をつけることは	22
事例 30	母乳栄養はアレルギーを起こさないって聞いていたのに… (鶏卵)	
2)	牛乳アレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください	23
事例 31	粉ミルクを自宅で飲ませたら… (牛乳)	
3)	治る年齢には個人差があります	23
事例 32	「1歳半頃になると食べられるようになる。」と言われて… (牛乳)	
7.	経口免疫療法	23
1)	食べて治す治療を自分の判断だけで行うことは危険です	23
事例 33	食べて治す本を読んで… (鶏卵)	
事例 34	食べて治す治療を自宅で進めていたら… (鶏卵)	
事例 35	自宅でちょっと食べてみるのは、ちょっと… (鶏卵)	
事例 36	ちょっとずつ食べるのにも慎重に！ (牛乳)	
2)	経口免疫療法にひそむひやりはっと	25
事例 37	経口免疫療法中に加工食品を食べてじんま疹が出現 (牛乳)	
事例 38	食べた後のプロレスごっこで大変なことに… (小麦)	
事例 39	毎日食べていないと耐性が… (鶏卵)	
事例 40	外出する時には、緊急時薬を忘れずに (牛乳)	
8.	誤食を防ぐための教育 (自己管理能力を身につける)	26
年齢が大きくなったら自己管理能力を身につけさせましょう		26
事例 41	「食べられない」ということを言えなかったために… (鶏卵)	
9.	調理法とアレルギー性	27
事例 42	たこ焼きを食べたら、卵の加熱が… (鶏卵)	

10. 医薬品、医薬部外品、化粧品	27
1) 石鹼によっておこる食物アレルギーがあります	27
事例 43 お風呂の石鹼で… (牛乳)	
事例 44 肌にやさしい石鹼と思って使用していたら… (小麦)	
2) 牛乳や卵アレルギーでは避けた方がよい薬があります	28
事例 45 病院でもらった下痢止め (タンナルビン) だから安心と思ったのに… (牛乳)	
事例 46 お医者さんから処方された整腸剤で… (牛乳)	
事例 47 アレルギーの治療薬のつもりが、ソル・メドロール 40mg の注射で… (牛乳)	
事例 48 鼻に軟膏ぬったら、全身が真っ赤に… (鶏卵)	
3) インフルエンザワクチン接種前に卵を食べさせて確認する必要はありません	30
事例 49 インフルエンザワクチンを受けたくて自宅で卵をちょっと試してみたら… (鶏卵)	
11. 皮膚への接触で発症	30
事例 50 衣服に付着した小麦粉で… (小麦)	
12. 吸入で発症	30
事例 51 お菓子の食べカスが舞って… (小麦、牛乳)	
13. アレルゲンの食品表示	31
1) 必ず毎回表示を確認しましょう	31
事例 52 ついうっかり原材料表示を見逃して… (鶏卵)	
事例 53 個包装の確認不足で… (鶏卵)	
事例 54 本人が大丈夫と言っても… (鶏卵)	
事例 55 友人から頂いたお菓子で… (小麦)	
事例 56 海外のお土産で… (クルミ)	
事例 57 味付き肉には気をつけて、牛タンにカゼインが使用 (牛乳)	
事例 58 表示の解釈は慎重に… (小麦)	
事例 59 見た目がいっしょでも気をつける (鶏卵)	
事例 60 いつものちくわで… (鶏卵)	
事例 61 クッキーのアイシングで… (鶏卵)	
2) できれば複数の人が表示を確認しましょう	34
事例 62 保育園でアレルギーなしのおやつと言われて食べたところ… (牛乳)	
事例 63 いつも食べている桃を缶詰で食べたら… (牛乳)	
3) 食べ慣れた加工品でもリニューアルの可能性があることを知っておきましょう	35
事例 64 リニューアルの表示がなく、パッケージもそのまま… (鶏卵)	
4) 製造ラインまで確認しましょう	35
事例 65 表示に娘のアレルゲンとなる物はなかったのに… (牛乳)	

- 5) レストランや店頭販売に表示義務はありません 36
 - 事例 66 旅行先に名物のアイスクリーム屋さんがあつて… (鶏卵)
 - 事例 67 パン屋さんのパンは安全と思ったのに… (牛乳)
- 6) 総菜やばら売り、試食品に表示義務はありません 37
 - 事例 68 スーパーマーケット試食コーナーにて (鶏卵、牛乳)
 - 事例 69 表面に卵を塗った「卵不使用」調理パンって… (鶏卵)
 - 事例 70 手作り食品には表示義務がないので… (くるみ)
- 7) 紛らわしい表示でもお子さんのアレルギーと関連のあるものは覚えるようにしましょう . . . 38
 - 事例 71 米粉パンのグルテン。少しなら大丈夫と思ったが… (小麦)
 - 事例 72 グルテン入りの「100%米粉パン」って… (小麦)
 - 事例 73 お肉を食べて… (牛乳)
 - 事例 74 牛肉は加工されている場合があります… (牛乳)

自宅 (祖父母宅)

- 1. 食品購入時 40
 - よく行き来する祖父母宅の問題点
 - 事例 75 同じメーカーのジュースで… (牛乳)
- 2. 情報の共有不足 40
 - 1) 見た目がそっくりな代替食に潜む問題点
 - 事例 76 あまり上手に代替食を作りすぎたばかりに… (牛乳)
 - 事例 77 まさかお代わりの時に間違ふなんて… (牛乳、小麦)
 - 2) 留守中に面倒を見てくれる人には十分な情報を伝えましょう 41
 - 事例 78 母親の留守中におじいちゃんが… (鶏卵、牛乳)
 - 事例 79 アレルギーと知っていたが、ほしがる孫に少しくらいと… (小麦)
- 3. 食品の整理整頓 42
 - アレルギー食品や家族・兄弟などの食べ残しなど、そのままにしておくは大変です
 - 事例 80 まさか触るとは… (牛乳)
 - 事例 81 お兄ちゃんのラムネを自分のと同じお菓子だと思って… (牛乳)
 - 事例 82 お兄ちゃんがもらったチョコレートを知らない間に… (ピーナッツ)
 - 事例 83 食べ残しには注意を！ (牛乳)
 - 事例 84 食卓に残されたスプーンにカフェオーレが… (牛乳)
 - 事例 85 身近にアレルギーは置かないこと！ (牛乳)
 - 事例 86 お兄ちゃんのたべこぼしに卵が… (鶏卵)
 - 事例 87 ゴミ箱のストローで… (牛乳)
- 4. 食事時の配慮の不足 45
 - 事例 88 お兄ちゃんの食事に手をのばして… (イクラ)

5. 極微量でも症状が出る子もいます 45
- 事例 89 ヨーグルトを食べたお姉ちゃんのクシャミが顔に飛んで… (牛乳)
 - 事例 90 兄弟が食事中に食べながら熱っぽく話していたら… (魚)
 - 事例 91 クッキーを食べたお兄ちゃんがそばにいたら妹に異変が起きました (小麦、そば)
 - 事例 92 家族が手をよく洗わずに子供を抱いたらアレルギーが出ました (牛乳)
 - 事例 93 触っただけでも、症状が出ます! (鶏卵)

6. 食物アレルギーが関与する乳児アトピー性皮膚炎があります 47
- 初めて与える食品は注意が必要です

事例 94 はじめて与えたミルクで… (牛乳)

友人宅 (友人との食事会) 48

- 事例 95 友達の親子パーティーに参加したら、子供がおやつに手を出して… (鶏卵、牛乳、小麦)
- 事例 96 お友達の家で提供された食事だったので、断れず、少しぐらいなら大丈夫と思い… (牛乳)

園・学校・施設

1. 食物アレルギーに関する知識の不足による事例 49

食物アレルギーのことを知らないスタッフが起こした事例

- 事例 97 園でおやつのおかわりを間違えて配膳 (鶏卵)
- 事例 98 カルピスは牛乳からつくるの? (牛乳)
- 事例 99 味の素が事故のもと… (牛乳)
- 事例 100 えっ!それが原因だったの? (牛乳)

2. 情報の共有不足による事例 50

1) スタッフ間での情報共有が不十分であった事例

- 事例 101 間違って渡されたアメとパンケーキ、先生どうして? (鶏卵、牛乳、小麦)
- 事例 102 延長保育の時間におやつを食べて (鶏卵)

2) スタッフと家族との情報共有が不十分であった事例 51

- 事例 103 託児所は、万全のアレルギー対応と思っていたら… (鶏卵、牛乳、そば、ピーナッツ)
- 事例 104 先生が「残さないように」と言ったため… (キウイフルーツ)

3) 給食センターと施設間の情報交換が不足すると 52

- 事例 105 給食で使っている業務用豆板醤のメーカーが変更になって (ピーナッツ)

3. 食事 (給食・おやつ) 献立や食事中におきた事例 52

1) 献立の確認は複数の人で行ったほうがよい

- 事例 106 お母さんが「オムレツ」を見落としちゃった! (鶏卵)
- 事例 107 園と学校のマヨネーズは違うの? (鶏卵)

- 事例 108 給食で出されたキムチでじんま疹が… (ゴマ)
- 事例 109 食材がよくわからない料理だったのだけど… (ゴマ)

2) 給食の献立に関する事故；メニュー誤りや事前チェック誤り 54

- 事例 110 栄養教諭が原因アレルギーを含むメニュー(料理) にマークするのを忘れたために (牛乳)

3) 食事時の観察 54

- 事例 111 友達からおやつをもらってしまって… (牛乳)
- 事例 112 目印のラップがはがされていたので… (牛乳)
- 事例 113 園でおかわりのシチューを食べて… (牛乳)

4) 献立表作成のポイント 56

- 事例 114 献立表の付箋がはずれていたために… (牛乳)

4. 給食以外の学習活動の事例 56

給食やおやつの時間以外でも食物アレルギーが起こります

- 事例 115 しゃっくりが止まらなかったので友達が麦茶をくれました、そしたら… (大麦)
- 事例 116 お泊まり保育でのアレルギー代替食で (牛乳)
- 事例 117 家庭科の調理実習で (鶏卵、牛乳、小麦、バナナ、ココア)

外食 (ホテル・レストラン)

1. 利用する側の事前の確認不足 58

注文する前にアレルギーが入っているか確認しましょう

- 事例 118 レストランの外食で、鴨の肉だからよいと思ったら… (鶏卵、牛乳)
- 事例 119 こじられたお寿司屋さんで (鶏卵)
- 事例 120 旅行先の豆腐とは？ (ピーナッツ)
- 事例 121 そばを扱っているうどん屋さんで、うどんを注文したけれど (そば)
- 事例 122 中華料理はピーナッツにご用心 (ピーナッツ)
- 事例 123 チェーン店って共通メニューではないの？ (鶏卵)

2. 食事を提供する側 (ホテル・レストラン) の問題 60

1) スタッフの食物アレルギーに関する知識不足

- 事例 124 フライドポテトに小麦粉が… (小麦)
- 事例 125 レストランで、頼んだものは… (牛乳)
- 事例 126 牛乳アレルギー用ミルクのはずなのに… (牛乳)
- 事例 127 卵を切った包丁で、フルーツをカットした??? (鶏卵)

2) スタッフ間での情報共有不足 62

- 事例 128 アレルギー対応食のレストランで何度も確認したのに… (鶏卵、牛乳)
- 事例 129 ウインナーにチーズが… (牛乳)

3) アレルゲン吸入による症状	63
事例 130 そば粉が空中を舞っていた！(そば)	

家庭以外(学習塾、祭り、キャンプ)

食事と無関係と思われるところでも誤食事故が起こりえます	64
-----------------------------	----

1. 学習塾

- 事例 131 学習塾でご褒美にもらったアメにアレルゲン… (牛乳)
- 事例 132 塾でもらったクッキーに赤い豆、ピーナッツ? (ピーナッツ)

2. お祭りなど

- 事例 133 五平もちに卵いり? (鶏卵)
- 事例 134 床屋でもらったアメにまさか… (牛乳)

3. キャンプ

- 事例 135 カンテンなら食べられたのに… (ゼラチン)
- 事例 136 フレンチトーストは卵いり? (鶏卵)
- 事例 137 ハイキング後のシャーベットに卵が… (鶏卵)

旅行

機内食について	66
---------	----

- 事例 138 国際線機内食で、事前に卵アレルギー対策をしてくれると聞いたのに… (鶏卵、牛乳)
- 事例 139 ベジタリアンならよいと思ったら… (牛乳)

震災時

災害時には類似した様々な問題が起きました。こうした事例の中から代表的な症例を選び、他の症例との類似点をアレンジして事例として掲載させて頂きました。

1. 食品の入手が困難になります。

- 事例 140 震災でせんべいをやっと手に入れることができました (卵、牛乳、ゴマ、小麦)

2. 誤食しやすくなり、合併するアレルギーも悪化します

3. いつもの薬が不足します。

集団での共同生活を強いられ、除去食が作れない状況になります

4. 合併するアトピー性皮膚炎、喘息が悪化します

- 事例 141 共同生活で湿疹が悪化、いつもの医療機関にかかれないので、手持ちの薬(内服薬・軟膏)がなくなりました (鶏卵、牛乳)

5. お子さんの情報が周りの人に十分伝わりません

- 事例 142 避難所生活では支給された食事の中から食べられそうなものを与えた (鶏卵、小麦)

各場面に共通する基礎知識 69

1. 食物アレルギーの定義
2. 学校での食物アレルギー・アナフィラキシーの頻度
3. 保育所における食物アレルギー有病率
4. 食物アレルギーひやりはつと事例集でみる事例発生場所
5. 症状を誘発するアレルゲン量
6. 加工食品中のアレルゲン含有量
7. アレルギー検査
8. 学童期以降になってから発症する食物アレルギーの特殊型
9. 治療
10. 誤食を防ぐための教育

経口免疫療法における注意点 72

1. 経口免疫療法とは
2. 治療中に症状が出ることがある
3. 免疫療法で症状が出た時の対処
4. 免疫療法のメリット

加工食品のアレルゲン表示 73

1. アレルゲン食品表示の範囲
2. アレルゲン食品表示をみる際の注意点

医薬品や医薬部外品、化粧品 75

自宅（祖父母宅を含む） 76

1. 食品購入時
2. 情報共有
3. 食事の準備
4. 食事時の注意点
5. 食後の整理整頓
6. 極微量でも症状が誘発される症例での注意点
7. 自宅外での誤食を回避するために年齢に応じた教育を行う

友人宅（友人との食事会や親子パーティー） 77

園・学校・託児所 77

1. 個々の園・学校に適した「食物アレルギー対応マニュアル」を作成する。
2. スタッフへの食物アレルギー研修
3. アレルギー情報の共有

4. 給食
5. 食事以外の学習活動
6. アナフィラキシーなどアレルギー症状出現時の対応
7. エピペン®
8. 心理的、社会的配慮
9. 食物アレルギー教育（食育）
10. 職員の安全管理体制の確立

外食（ホテル・レストラン） 87

1. 患者側の対策
2. 食物アレルギー対応と銘打つレストラン側の対策

キャンプ 88

1. 出発前の準備
2. 施設との打ち合わせと事前調査
3. キャンプ出発時
4. キャンプ中

海外旅行 90

災害対策 92

共通

1. 症状誘発するアレルゲン量に関する基礎知識

1) アレルギーを誘発するアレルゲンの量には個人差があります

事例 1 これくらいは大丈夫よ、きっと… (鶏卵・牛乳)

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : カステラ

症状 : 全身じんま疹

経過 : それまでに3回、卵の二次製品を食べて症状が出たことがあったため、園には食物アレルギーの話はしてありました。しかし、幼稚園のおやつ時間に先生が「これくらいは大丈夫よ」とカステラを少量食べさせたとのことでした。5分くらいで、全身じんま疹がみられ、抗ヒスタミン薬の内服をしてから病院を受診しました。

解説 : 誘発する摂取量は、個人個人によって全く異なります。

対策 : 自己判断で安全に摂取できる量を決めることは避けましょう。医師に相談して下さい。

2) ごくわずかな量で症状を起こすこともあります

事例 2 コップに残っていたミルクで大変なことが… (牛乳)

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : 牛乳

症状 : じんま疹

経過 : 園のおやつ時に、他の子供が牛乳を入れて飲んだコップを洗ってから、うちの子のためにお茶を入れてくれたのですが、飲んだ後にじんま疹が出ました。手持ちの抗ヒスタミン薬の内服で落ちつきました。

解説 : コップに牛乳が残っていたためと思います。園の先生が極少量のミルクでもトラブルが起きることを十分認識しておらず、洗浄が不十分であったためと考えられます。

対策 : 間違っただけ飲まないようにするために、食物アレルギー児には専用の食器を使うこと。

事例 3 卵抜きで調理していたのに… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : てんぷらの衣についた卵

症状 : アナフィラキシー

経過 : いつも除去食を出してくれるホテルで、てんぷらを食べた時にじんま疹、腹痛、冷汗が出てぐったりしました。すぐ手持ちのステロイド薬を飲ませ、病院を受診した時には症状は落ち着いていました。その後、ホテルに確認したところてんぷらの衣に卵が混ざったおそれがあることを知

りました。

解説 : 卵抜きで料理はされていたのですが、うっかり他の料理で使用した調理箸を使用したため、てんぶらの衣に微量の卵が混入したものと考えられます。

対策 : このようなごくわずかな量でもアレルギーを起こす患者さんがいます。ごく微量のアレルゲンで症状を惹起するかどうか知っておくことは役に立ちます。特に微量でアナフィラキシーのような重篤な症状を起こしたことがある患者さんは注意が必要です。

事例 4 卵の調理した鍋を洗わなかったための混入 (鶏卵)

年齢・性別 : 2歳 女児

原因 : 調理器具に残っていた卵

症状 : アナフィラキシー

経過 : 旅行先で、皆と別料理を頼んであったにもかかわらず、食事中にショック症状を起こしました。直ちに救急車で病院へ行き治療を受けました。あとで、確認したところ、卵料理をした鍋を十分洗わずに使用していたことがわかりました。

解説 : 卵を使用した調理器具に残った極少量の卵でも重篤なアレルギー症状を起こす症例もあります。

対策 : アレルゲンがついた調理器具はしっかり洗浄するか、調理器具も分けるようにしましょう。

事例 5 ジュースのノズルから牛乳が混入 (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : ジュースに混入した微量のミルク

症状 : じんま疹

経過 : 注入口が共通タイプの自動販売機で、ジュースを買って飲んでいたら、口の周囲からじんま疹が出てきました。慌てて緊急時用の抗ヒスタミン薬を飲ませました。

解説 : ノズルが共通タイプの自動販売機では、前に購入されたコーヒーのミルクがノズルに残っている場合があります。この例では、ノズルに残った微量のミルクがジュースに混じってしまったことで症状が出たと思われます。

対策 : 患者 ; ノズルが共通タイプの自販機は使わない。企業 ; 自動販売機に「乳成分が混入するおそれがあります」という表示をする。

事例 6 触っただけなら大丈夫と思ったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : チーズの包装

症状 : じんま疹、咳、喘鳴、ぐったり

経過 : 祖父は孫にチーズのアレルギーがあることは知っていました。自分が食べようとしたチーズの

包装を孫がむきたがったので、触るだけなら大丈夫と思ひむかせたところ、その触った手を口にもって行ってしまいました。

解説 : 食物アレルギーにも程度の差があり、重症な場合は触った手を舐めるだけで症状が出る場合があります。

対策 : アレルゲンとなるものを子供に持たせない。

事例 7 スプーンが一緒だっただけに… (魚)

年齢・性別 : 7歳 男児

原因 : 魚を煮たときに使ったスプーン

症状 : 発赤、かゆみ、じんま疹、下痢、目の充血

経過 : 家族の煮魚のおつゆをすくったスプーンを、軽く水洗いして魚アレルギーの子供に使わせたら、食事を食べた数分後から目のかゆみとじんま疹、その後下痢の症状が出ました。

解説 : 原因食材に触れた食器や調理器具でも、洗いが不十分で残っていると、アレルギー症状を起こすことがあります。

対策 : 最初から専用の調理器具や食器を用意しておきましょう。また、できるだけアレルギーの強い子供にあわせた献立を考え、家族みんなで同じものを食べるようにするのがよいでしょう。

事例 8 同じ袋に入っていただけに… (ピーナッツ)

年齢・性別 : 4歳 女児

症状 : 喘鳴、軽度チアノーゼ

経過 : 柿の種とピーナッツが一緒に入った袋から柿の種だけ食べたところ、突如、喘息のような症状(ゼーゼー・ヒューヒュー)と軽いチアノーゼが出てしまいました。

解説 : たとえピーナッツそのものを食べていなくても、粉末状で微量についているだけの量で、症状が誘発される可能性があります。特にナッツ類はローストされるとアレルゲン性が増すため注意が必要です。

対策 : 少量の摂取でも症状が出る場合、アレルゲンが触れているものにも注意しましょう。

事例 9 入院中、風船で遊んだら… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 卵豆腐

症状 : じんま疹、喘鳴、腹痛、嘔吐

経過 : 卵アレルギー児が肺炎の治療で入院をしていました。二人部屋で仲良しになった同室の児が朝食に出た卵豆腐を食べた後に風船で遊んでおり、その風船を貸してもらい同じように口にくわえて膨らませて遊んでいたところ、1時間ぐらいうると、顔面から全身にじんま疹が広がり、腹痛とともに嘔吐し、喘鳴が認められるようになりました。入院中だったので、すぐ医師の診察を受け

て抗ヒスタミン薬が投与され、気管支拡張薬の吸入をおこない症状は改善しました。

解説 : 口の周りに残っていた卵豆腐が風船を介して、アレルギー児の口に入ったことで、誤食が起きたと考えられます。食物アレルギーのない同室の児まで、アレルギー制限食とするわけにはいきません。入院中であっても、個室でなければ、集団生活をおくっているため、アレルギー児が口にするものには、食物以外にも注意しなければならないことが、この事例でわかります。

対策 : 風船の貸し借りだけでなく、コップやスプーン、ジュースのまわしのみでも同様のことが起こります。感染症対策面からも、入院時のオリエンテーションで『おもちゃの貸し借りはしないようにお願いします。』と説明があると防ぐことができたかもしれません。

3) 体調によって誘発量が若干変わることがあります

事例 10 いつも食べているので大丈夫と思って… (ジャガイモ)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : ポテトチップス

症状 : 顔面の発赤と浮腫

経過 : その日は体調が悪くあまり食欲がなかった。じゃがいもアレルギーはあったが、ポテトチップス5枚程度は食べて症状がなかったため、今回も5枚与えたところ、食べて15分後に顔面の発赤と浮腫が出現しました。

解説 : 前回食べられたポテトチップス5枚でアレルギー症状がでてしまいました。アレルギーを誘発する摂取量は患者の体調で変わることがあります。

対策 : この例のように体調が悪いとアレルギーが起きやすくなる場合があります。下痢、運動、入浴、鎮痛解熱剤、生理などが食物アレルギーを誘発しやすくなる要因です。

2. アレルゲン含有量やアレルギーの起きる原因

1) 同種類の加工食品でもアレルゲン含有量には差があります

事例 11 このパンは大丈夫と思ったら… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : メロンパン

症状 : 口唇の腫れとじんま疹

経過 : 母親は「菓子パンくらいの鶏卵は大丈夫」と園に伝えていましたが、園のおやつにでたメロンパンで、口唇の腫れとじんま疹がでてきました。

解説 : 母親は(少量の卵が使用してある)菓子パンは大丈夫だというつもりでいた。しかし提供されたメロンパンは、菓子パンであることには違いないが、通常の菓子パンに比し卵が増量してあることが問題だった。卵の含有量が多かったため症状が出た。

対策 : 菓子パンでも商品によって卵アレルゲン含有量に差があります。特にメロンパンにはクッキー

生地に卵が多く含まれるので注意が必要です。

事例 12 原材料が同じで似ている食品だからと… (小麦)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : そうめん

症状 : 顔面の発赤、咳

経過 : うどんを6本までは食べられるので、そうめんをあげてみることにしました。そうめんは細いので少し多めにあげてみたところ、食べてから20分ほどして顔面が赤くなり、咳込んでしまいました。40分ほどして症状は消失しました。後になって、そうめんは小麦タンパクの量が多いと知り、注意して与えなくてはならなかったと反省しました。

解説 : 同じ原材料で作られていて、見た目が似たものでも、含まれるアレルゲンの量は異なります。

対策 : 原因食物が少量しか食べられない場合、原因食物が含まれる類似の食品を安易に試食することは避けましょう。

事例 13 紙袋に残っていた大豆の粉で喘息発作が… (大豆)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : 紙袋に残っていた大豆の粉

症状 : 喘息発作

経過 : 幼稚園で、大きな紙袋を使い、紙の服を作って着るといふ工作のときに喘息が起きました。

解説 : この紙袋は、大豆を入れるのに使っていたことが後でわかり、大豆の粉じんを吸い込んだ為に喘息発作が起きたことがわかりました。

対策 : 使用済み紙袋の以前の使用内容を確認する。これ以外にも米、そば粉、小麦粉などを扱った後の物品は使用しない。

2) 食物アレルゲンは接触や吸入でも起きます

事例 14 小麦ねんどは、小麦なんだよ！ (小麦)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 小麦粘土

症状 : じんま疹、結膜充血、眼瞼浮腫

経過 : 小麦アレルギーがあることは事前に園に伝えてあったのですが、小麦粘土の工作をしました。5分後に触った手からじんま疹が出現し、またその手で目をこすったため、結膜充血、眼瞼浮腫が起きました。抗ヒスタミン薬を飲ませ、手と目を洗い、ようやく落ち着きました。

解説 : 食物アレルギーでは、多くの患者で接触によるアレルギーを起こします。食べなければ大丈夫とっていたため、このようなことが起きました。

対策 : 食物アレルギーは食べるだけでなく、皮膚や粘膜への接触でもアレルギー反応を起こします。特に目は出やすいので注意する。

事例 15 触った手で眼をこすってしまい… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : ゆで卵の殻についていたと思われる卵

症状 : 眼球結膜の腫れ

経過 : 保育園の行事で、ゆで卵にシールを貼った。自宅に帰ってきてから、卵に穴が開いていたために、そこに指を入れてしまい、その指で目をこすったら眼球結膜がだんだん腫れてきました。

解説 : ゆで卵に触れた手で白眼をこすってアレルギー症状が出た。

対策 : 皮膚に触れても大丈夫でも、眼の中などの粘膜に触れるとアレルギー症状が出る場合があり、アレルゲンが手に触れた場合はしっかり手を洗う必要がある。卵アレルギー児のいる園では卵の殻を利用した工作は避ける。

事例 16 肌着の素材にアレルゲンが… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : カゼイン繊維を含む肌着

症状 : 肌着の触れた部分にじんま疹

経過 : 生後3ヵ月頃から湿疹がひどくなりアトピー性皮膚炎と診断を受けました。完全母乳栄養でミルクを与えたことはなかったのですが、1歳の時に行ったアレルギー検査では牛乳、カゼインともに反応が出ていました。これまでは問題なく着ることができた肌着を着せたところ、肌着が接触していた部分にじんま疹が出てしまいました。繊維の素材を見てみるとカゼイン繊維と記載してありました。

解説 : カゼイン繊維の成分が皮膚を刺激して症状が出た可能性があると考えられます。

対策 : 牛乳アレルギーの患者は使用を避ける。

事例 17 卵のついたトングを触って… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因食品 : レストランでの食事

症状 : 目の周りの発赤

経過 : レストランでの食事の時、ビュッフェ形式であり、自由にとることができるシステムになっていました。トングなどを子供が触り、その手で目の周りを触ったことで症状がでました。洗顔をして、しばらくしたら症状が改善しました。

解説 : トングに卵がついていた。

対策 : アレルゲンがついている可能性がある食器などをさわった後は、速やかに手を洗う習慣をつける。

3. アレルギー検査

1) 血液検査で陽性と判断されたすべての食品を除去する必要はありません

事例 18 血液検査の結果で、除去、除去といわれ続けて、体重が… (牛乳、鶏卵、小麦)

年齢・性別 : 11ヵ月 男児

症状 : アトピー性皮膚炎

経過 : 生後3ごろよりアトピー性皮膚炎と診断されました。アレルギーの検査をした項目は全て陽性だったので、医師から離乳食は1歳ごろから開始するようにと指導を受け、その後は民間療法で治療をしていました。皮膚の症状はある程度落ち着いたのですが、10ヵ月健診のとき体重増加不良、発達遅延を指摘されてしまいました。

解説 : 過度の食物除去療法による発育障害です。乳児において食物除去療法を行う場合は、特に代わりになる食物を積極的に検索して、成長、発達に影響の無いように十分に配慮する必要があります。

対策 : 血液検査で特異的IgE検査が陽性であっても食べられる場合があります。やめる必要があるかなを主治医に相談してから決めてください。もし疑わしい食品のすべてが検査でIgE陽性であった場合は、専門医に相談して食べられる食物を探してもらいましょう。もし、食べられるものがすぐ見つからない場合でも、専門医の正しい指導を受け、ケースによっては食物アレルギーの知識のある栄養士による栄養管理も必要です。母子手帳などにある成長曲線をつけて、発育の経過をきちんとみていくことは大変重要です。

また、食物アレルギーがある乳児でも離乳食の開始を遅らせる必要はありません。生後5～6ヵ月頃が適切です。安全に食べることができる食品で栄養を確保して離乳食を進めていって下さい。

2) 血液検査 (IgE) の値の低い食品の安全性が高いとは限りません

事例 19 うどんならいいかなと思い、試してみたら… (小麦)

年齢・性別 : 2歳 女児

原因 : うどん

症状 : じんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎で血液検査をしてもらい、卵、牛乳、大豆、米、小麦の特異的IgE抗体が陽性と判明し、低アレルゲン米と野菜のみの離乳食しか食べていませんでした。2歳の時、小麦の数値が一番低かったため、小麦から試してみようと思い、自宅で、うどんを食べさせたところ、じんま疹がでてしまいました。幸いにも、自宅での観察だけで落ちつききました。

解説 : 特異的IgEの数値が低ければ安全と思い、家族の判断だけで自宅で試してみたために、症状が出てしまいました。

対策 : アレルギー検査でIgEの数値が一番低い食品が、一番症状が出ないという認識は誤りです。負荷試験を行う時期については、必ず主治医またはアレルギー専門医にご相談ください。

4. 学童期以降に発症することが多い食物アレルギーの特殊型

1) 花粉症を合併する患者にみられることが多い果物や野菜の口腔アレルギー症候群

事例 20 いつも食べていたトマトなのに… (トマト)

年齢・性別 : 18歳 女性

原因 : トマト

症状 : 口唇の刺激感、のどの痛み、

経過 : トマトを口にしたところ、いつもとちがって、のどに少し違和感がありました。気にせず何個も食べ続けたら、のどがピリピリして呼吸しづらくなりました。後日、プリック・プリックテストでトマトにアレルギーがあることが証明されました。

解説 : 口腔アレルギー症候群 (Oral Allergy Syndrome : OAS) とよばれる食物アレルギーの特殊型です。高学年の児童から成人の方に発症します。原因は果物や野菜であることが多いです。口やのどの症状だけで終わってしまうものが大部分ですが、一度に大量に摂取すると全身症状をきたす場合があります。

対策 : 花粉症があり果物を食べたときに口の中に違和感を生じたら、OASかもしれません。病院へ行って調べてもらいましょう。

事例 21 味噌、醤油、豆腐は食べていたのに… (大豆)

年齢・性別 : 39歳 女性

原因 : 大豆乳

症状 : 口腔違和感、嘔吐、じんま疹

経過 : 味噌、醤油、豆腐などの大豆食品はふつうに摂取していましたが、高濃度大豆乳を飲んだところ、口腔違和感があり、その直後に全身にじんま疹が広がりました。

解説 : シラカンバ花粉症の主要抗原の一部が大豆の抗原と交差をおこし口腔アレルギー症候群 (OAS) を起こすことがあります。通常OASの症状は軽いのですが、この例のように全身症状をきたす場合もあります。原因はまだよくわかっていませんが、特に花粉症が重症であるほど症状は強い傾向があります。

対策 : 健康食品ブームで最近よく売られている大豆乳での事例です。花粉症 (シラカンバ花粉) がある場合、大豆乳を摂取する場合は少量摂取してみて、無症状であれば徐々に増量してください。

2) 運動で悪化するまたは運動後に誘発される食物アレルギー

事例 22 これまで小麦は大丈夫だったのに、どうして… (小麦)

年齢・性別 : 12 歳 男児

症状 : アナフィラキシー

経過 : これまで小麦は普通に食べていました。しかし、学校給食の後、授業でサッカーをしていたら、突然、顔面、頸部、躯幹にじんま疹が出現し、意識を失って病院へ連れて行かれました。

解説 : 今回の事例は食物依存性運動誘発アナフィラキシーです。給食で食べたスパゲティが原因となり、その後サッカーをしたため症状が出現しました。

対策 : まず原因を確認しておくことが重要。原因がわかれば運動前に該当食品を避けるか、該当食品を食べた後、約2時間運動を避けます。原因がわからなければ、給食後2時間は運動を避けることです。

5. 急性症状への対応

エピペン®注射に関する事例

事例 23 エピペン®注射、子どもの反応は「打たないで」… (牛乳)

年齢・性別 : 8 歳 女児

原因 : 板チョコ

症状 : アナフィラキシー

経過 : 学童保育でみんなが食べていた、板チョコを間違えて食べてしまった。その後、鬼ごっこをしていたら、呼吸苦しさを訴え始め、咳・喘鳴、皮膚のかゆみとじんま疹が全身へ広がりました。指導員が患児へエピペン®を打つのかと聞いたところ、「打たないで」といいました。指導員は母へ連絡したところ、母はエピペン®注射が必要と判断しました。それを聞き、患者本人が大腿中央外側を指さし、「ここへ打って」と言い、指導員がエピペン®注射をしました。注射後、病院へ搬送されました。

解説 : 子どもの場合は、本人に聞いても正しい判断はできません。多くの患児が「打たないで」というでしょう。母親や、緊急時の病院に連絡をして、判断することが重要です。

対策 : 日ごろからエピペン®注射の実践的なトレーニングを行い、実際の場面でスムーズに行動できるようにしておきましょう。食物アレルギー急性症状チェック表を園・学校側と保護者の両者が携帯し、症状をチェックすると判断しやすくなります。

事例 24 エピペン®注射のタイミング、消防署の救急救命士に相談しました… (小麦)

年齢・性別 : 3 歳 女児

原因 : 魚肉ソーセージ

症状 : アナフィラキシー

経過 : 魚肉ソーセージを食べたところ、喘鳴と皮膚のじんま疹がでました。座っておれず、ぐったりしてきたので、保育士は母に連絡し母が来園しましたが、母はエピペン[®]はまだ必要ないと判断しました。しかし、保育士は心配で救急車を要請したところ、電話に出た救急救命士はエピペン[®]注射が必要と判断し、母に注射するように指示、母が注射をして事なきを得ました。

解説 : 園・学校職員や保護者だけではエピペン[®]注射時期の判断ができないことがあるかもしれません。そのような際は、事例のように救急車を要請し、救急救命士の意見を聞いてみるのもよいでしょう。

対策 : エピペン[®]注射の手遅れのために重大事故となることが問題です。注射のタイミングを含めて、エピペン[®]注射のシミュレーション訓練をして下さい。自分たちで判断できなければ、消防署への相談もやむをえません。事前に、エピペン[®]を携帯する児がいることを、保護者の同意を得たうえで、消防署と情報共有しておく、そのような際にスムーズにいくと期待されます。

事例 25 主治医の救急外来へ相談、医師の指導で母が注射… (鶏卵)

年齢・性別 : 10歳 女児

合併症 : 気管支喘息

既往 : 鶏卵でアナフィラキシー エピペン[®]携帯

原因 : 卵入り料理

症状 : アナフィラキシー

経過 : 19時ころ、家で料理から卵を取り除いて食べさせたところ、喘鳴、嘔吐、全身発赤とじんま疹が出現したため、かかりつけの病院の救急外来へ電話。対応した救急担当医師が症状を聴取。医師はエピペン[®]を携帯していることと鶏卵によるアナフィラキシーの既往があることから、エピペン[®]注射とプレドニゾロンの内服を指示、さらに、すぐに病院を受診するように指導しました。来院時は軽度のじんま疹だけを残していました。

解説 : 本人・保護者では、エピペン[®]注射の判断がつきにくい場合は、主治医や救急病院へ電話で相談も1つの選択肢。医師はエピペン[®]を処方されている患者であれば、原因食品の摂取や症状から判断して注射すべきか指示を出すべき。注射後は必ず病院を受診するように勧める。エピペン[®]が処方されているということは、必要なときには注射すべきと主治医は判断したことを意味している。

事例 26 アナフィラキシーショックになってしまい、養護教諭がエピペン[®]を注射… (牛乳)

年齢・性別 : 10歳 女児

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : 牛乳でアナフィラキシーを起こしたことがあり、エピペン[®]を処方されていました。本人と保護者、小学校の担任および養護教諭が一緒にエピペン[®]自己注射の講習を受け、本人が携帯していました。朝食で市販のパンを食べ、登校したところ、校門近くで、全身のじんま疹、咳、喘鳴、呼吸困難が発症しました。養護教諭は母親と連絡をとり、患児本人が注射するのをサポートしました。その後、救急車で病院に搬送されました。

解説 : エピペン[®]講習を本人と保護者だけではなく、学校関係者まで一緒に受けていたことが、功を奏しました。

対策 : エピペン[®]の使用が適切に行われるためには、保護者と本人はもちろんのこと、園や学校の関係者もエピペン[®]注射の講習を受け、常日頃からトレーナーで練習することが大切です。

事例 27 予期せぬ食品でアナフィラキシー、養護教諭が適切な判断でエピペン[®]を注射 (カシューナッツ)

年齢・性別 : 7歳 男児

症状 : アナフィラキシー

経過 : 小学校の給食でカシューナッツ入りのメニューがでました。食べた後に、呼吸苦、喘鳴、嘔吐、顔の腫脹、全身にじんま疹がでました。本患児は牛乳によるアナフィラキシー歴があり、エピペン[®]を携帯していました。養護教諭だけではなく保護者もカシューナッツでもアナフィラキシーが発症するとは予想していませんでした。しかし、養護教諭は症状からアナフィラキシーと判断しエピペン[®]を注射し病院へ搬送しました。

解説 : トレーニングを受けた養護教諭が、エピペン[®]を注射すべき症状を判断できた一例です。

対策 : 園・学校はアナフィラキシーを起こさないための対策は重要ですが、起きてしまったときの対応も適切にできるように、食物アレルギー緊急対応のシミュレーション訓練を定期的に行うことが大切です。

事例 28 給食で小麦入り料理を食べて縄跳びをしたらアナフィラキシー、本人がエピペン[®] (小麦)

年齢・性別 : 9歳 女児

既往 : 小麦で経口免疫療法を行い、維持療法まで到達しており、日常の小麦製品摂取および摂取後の運動でも無症状でした。給食で小麦を使用した料理を食べて40分後に縄跳びを始めたところ、激しい咳と呼吸苦、顔面から頸部にかけてじんま疹が出現しました。本人の判断でエピペン[®]を患児自身が注射。さらに、プレドニゾロン、抗ヒスタミン薬を内服。ただちに救急車で病院に搬送されましたが症状は軽症ですみました。

解説 : エピペン[®]は注射するタイミングが難しい。本症例で「平生からトレーナーで練習していた。母からも、迷ったら注射だよと言われていた。」は、注射できるようなるヒントがあります。経口免疫療法は維持療法に到達しても運動時や体調によってはアレルギー症状が出現することがあります。急性症状出現時の対処ができるように、エピペン[®]や内服薬の携帯が必要です。

対策 : 平素からのトレーナーを用いた練習が、いざという時に役立ちます。

6. 除去食と誤食予防

事例 29 病院の医師に少しずつ解除しましょうといわれ、ヤクルトを飲ませたところ… (牛乳)

年齢・性別：1歳3ヵ月 男児

原因：ヤクルト

症状：全身じんま疹、呼吸困難、喘鳴、顔全体が腫れる、ぐったり、意識朦朧

経過：4ヵ月の時、ミルクアレルギーの疑いがあり、完全母乳にしました。1才2ヵ月の時、離乳食の進め方を病院で相談しました。血液検査を見ながら少しずつアレルゲンを含んだ食品も始めるよう指導されました。午前中に「ヤクルトなどを少しずつ飲ませて下さい。」と言われたため、昼食の時ヤクルトを少し飲ませてみたら、アナフィラキシーショックとなり、入院になりました。

解説：血液検査で牛乳特異的IgEが低値でも陽性の場合、生まれて初めて食べる時の症状の有無や症状の程度を予測することはできません。安全性を考慮して、食物経口負荷試験（病院で少しずつ食べて症状の有無を確認する検査）を行うという方法もあります。

対策：特異的IgEが陽性の食品を生れて初めて食べる場合は、食物アレルギーに詳しい医師と相談しましょう。食物経口負荷試験を検討することもよいでしょう。

1) 母乳を介する食物アレルギーの治療で気をつけることは

事例 30 母乳栄養はアレルギーを起こさないって聞いていたのに…(鶏卵)

年齢・性別：3ヵ月 男児

原因：母乳中の卵アレルギー

症状：アトピー性皮膚炎

経過：生後すぐより顔面に湿疹、2ヵ月のときアトピー性皮膚炎と診断され、スキンケアとステロイド外用薬で治療していました。母乳栄養にアレルギーはないといわれて食事制限せずに母乳栄養を続けていましたが、湿疹は徐々に悪化してきたため、アレルギー専門医で血液検査を行いました。卵白が原因アレルゲンとわかり、母親が卵製品の摂取を制限したところ、アトピー性皮膚炎が軽快していきました。

解説：乳児のアトピー性皮膚炎には食物アレルギーが関与しているものがあります。このような事例の場合、母親の食事から鶏卵とその加工品を除去して乳児の症状が改善するのをみる除去試験と、母親に5～7日間毎日卵1個くらい食べてもらい、授乳後の乳児の症状の変化を観察する、いわゆる経母乳食物負荷試験で、母乳中に分泌されるアレルゲンが原因となっているかどうかを調べる必要があります。この症例では母親の母乳中のアレルゲンが疑われました。母親に対して卵の除去を行い症状が軽快し、その後、経母乳負荷試験によって症状が再燃したため診断が確定しました。

対策：母乳栄養児の中には、この症例のように母親への食物除去により症状が改善する場合があります。母親への制限食が必要な場合でも、その期間は短期間でよいことが多いので主治医やアレルギー専門医に相談してください。

2) 牛乳アレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください

事例 31 粉ミルクを自宅で飲ませたら… (牛乳)

年齢・性別 : 10ヵ月 男児

原因 : 乳糖のみを除いたミルク

症状 : 喘鳴、じんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎があり、卵、牛乳アレルギーと診断されました。10ヵ月まで母乳で育ててきましたが、母乳を中止して、ミルクに変更してみようと思いミルクを買ってきました。乳糖のみを除いたミルクを初めて自宅で飲ませたところ、喘鳴、顔の浮腫、じんま疹がみられ救急車で病院へ行き、入院となりました。

解説 : 乳糖のみを除いたミルクには牛乳成分が含まれています。

対策 : ミルクアレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください(表1)。牛乳アレルギー除去調製粉乳にはビオチンやカルニチンがほとんど含まれていないため、適切な時期に離乳食を開始しないとビオチン欠乏症やカルニチン欠乏症を発症するおそれがある。

3) 治る年齢には個人差があります

事例 32 「1歳半頃になると食べられるようになる。」と言われて… (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : 脱脂粉乳入りのマーガリン

症状 : 喘鳴、顔のむくみ

経過 : ミルクアレルギーがあり、ミルク除去をしていましたが、それまでかかっていた主治医には、「1歳半頃になると食べられるようになることが多い」と言われていたため、自宅で脱脂粉乳入りのマーガリンを使ったスコーンを食べさせてみました。ひと口食べさせて、20分後に喘鳴、顔のむくみがみられたため、直ぐ病院を受診しました。

解説 : 食物アレルギーが治る時期には、個人差があります。にもかかわらず、以前に言われたことを覚えていて、自己判断から自宅で食べさせたため症状が出てしまいました。

対策 : 食物アレルギーは年齢とともに治ることが多いのですが、治る時期には個人差があります。除去を解除する時には自己判断せず、必ず主治医やアレルギー専門医と相談してください。

7. 経口免疫療法

1) 食べて治す治療を自分の判断だけで行うことは危険です

事例 33 食べて治す本を読んで… (鶏卵)

年齢・性別 : 11歳 男児

原因 : 鶏卵を含む食品

症状 : 少量ずつ摂取することにより食物アレルギーが治るといって本を読んで、少しずつ食べていますが、症状の出る時と出ない時があります。症状の程度もさまざまです。

解説 : 少量ずつ食べるといっても、症状が惹起される量は患者さんで異なります。この患者さんでは、アレルギー症状が出ており、大変危険です。アナフィラキシーのような死に至るような重篤な症状が発症するおそれもあります。自分たちの判断で耐性をつける治療（経口免疫療法）を行わないで下さい。

対策 : 食品ということで気安さがありますが、食物アレルギーの患者さんにとってはアレルギー症状を引き起こすおそれがあり、危険な食品といえます。食べて耐性をつける治療を経口免疫療法といいますが、この治療では、一定量の原因食品を毎日あるいは一定の間隔で食べ、増量していきます。つまり、薬と同じで、多過ぎれば、副反応のリスクがあり、少な過ぎれば効果は不十分です。経口免疫療法を実施している医療機関は増えています。この治療に熟練した医師の指導のもとで行って下さい。

事例 34 食べて治す治療を自宅で進めていたら… (鶏卵)

年齢・性別 : 8歳 女児

原因 : 加熱の不十分な卵

症状 : 口腔違和感、腹痛

経過 : 卵アレルギーでしたが加熱した鶏卵は問題なく食べられるようになりました。少しずつ慣れさせてみようと、自宅で加熱の条件を変えて温泉卵からどどん生に近い状態にして与えていました。今回、加熱が少なかったようで、食べているときから舌がピリピリし、のどに違和感、腹痛が現れました。2時間後、全身に蚊に刺されたような発赤が出ました。経口ステロイド薬、抗ヒスタミン薬を服用し40分後におさまりました。

解説 : 加熱などの調理条件でアレルギー症状の出方は変わります。また本人の体調も症状の出やすさに影響します。

対策 : 食べて治す治療（経口免疫療法あるいは経口減感作療法）を行う場合、自宅での原因食品の増量や調理条件を変えることは危険です。進め方については食物アレルギーに精通した医師に相談して行って下さい。

事例 35 自宅でちょっと食べてみるのは、ちょっと… (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児

症状 : じんま疹、嘔吐

経過 : アトピー性皮膚炎があり、血液検査の結果に従って卵の除去食対応を行っていましたが、「自宅で少しずつ摂取してみると良い」というかかりつけ医の指導で、ゆで卵を1/8個食べさせました。摂取後2時間して、嘔吐とじんま疹が出現し、びっくりしました。

解説 : 徐々に摂取をしていくと食べられるようになることが多いことは事実ですが、アレルギーが誘発される危険と隣り合わせです。特に、初回摂取量は慎重に決定する必要があります。

対策 : 自宅で安易に摂取を開始するのではなく、食物負荷試験のできる医療機関で、安全摂取量を決

めなければなりません。

事例 36 ちよつとずつ食べるのにも慎重に！（牛乳）

年齢・性別：3歳 女児

症状：咽頭の違和感

経過：もともと、アトピー性皮膚炎があり、血液検査で牛乳が陽性だったため、ずっと除去食対応をしていました。症状が出なければ少量ずつ食べてもよいと言われていたので、牛乳はちよつとずつ飲むようにしていました。いつもより、少し多い量を飲んだら、のどがかゆいと言い始め、しばらく様子を見ていたら治まりました。

解説：少しずつ摂取していくと、摂取できる量が増えていく場合も多いのですが、少し量が増えるだけで症状が強くなることもあり、注意が必要です。

対策：アレルゲン摂取量を少しずつ増やしていく治療法を経口免疫療法（経口減感作療法）と呼びます。この治療はじんま疹のようなアレルギー症状や時にはアナフィラキシーのようリスクを伴います。専門医の指導を受けながら行うことが必要です。また増量するタイミングや症状が出た時の対応法なども主治医とあらかじめ決めておく必要があります。

2) 経口免疫療法にひそむひやりはつと

事例 37 経口免疫療法中に加工食品を食べてじんま疹が出現（牛乳）

年齢・性別：15歳 女子

症状：じんま疹

経過：牛乳アレルギーがあり、医師の指導のもと、牛乳で経口免疫療法を行っていました。牛乳が10mlまで増量できたので、少しくらいの乳製品は安全と考え、乳を含有するクッキーを食べさせたところじんま疹が出現しました。

解説：経口免疫療法の増量期は耐性量ぎりぎりまで食べています。経口免疫療法に使う食品を含む加工食品を食べると、安全量を超えてしまい、アレルギー症状が出ることがあります。

対策：経口免疫療法の増量期は、免疫療法以外にその原因アレルギーを含む食品を食べてはいけません。

事例 38 食べた後のプロレスごっこで大変なことに…（小麦）

年齢・性別：10歳 男児

症状：アナフィラキシー

経過：うどんで経口免疫療法を行っていました。今はうどん1週間1回100gの維持療法までできており、これまで何の症状も出ずに油断していました。昨日、うどんを摂取した後、弟とプロレスごっこをしている最中から、じんま疹が全身に出現し、ゼーゼーいって息が苦しくなり、あわてて病院へ連れていきました。

解説 : 経口免疫療法の維持療法が安全にできていても、摂取後の運動、入浴や胃腸かぜ、生理、痛み止めの内服などが重なるとアレルギー症状が出てしまうことがあります。

対策 : 経口免疫療法のために原因食品を食べた後、1時間は運動や入浴を控えて下さい。胃腸かぜ、生理中、痛み止めを内服したときは出やすいので、1段階、摂取量を減らす必要があります。

事例 39 毎日食べていないと耐性が… (鶏卵)

年齢・性別 : 7歳 男児

症状 : 局所のじんま疹

経過 : 加熱鶏卵による経口免疫療法を実施していました。10gまで増量したところで、旅行のために7日間中断しました。帰ってから中断前と同じ量を食べたらじんま疹が出ました。

解説 : 経口免疫療法は中断すると、それまでについた耐性が低下することがよくみられます。2-3日以上中断した時は1段階量を減らして下さい。それでもアレルギー症状が出現することがあります。緊急時薬の準備を忘れないようにして下さい。経口免疫療法で摂取する食品は薬だと思って、医師の指導に従って規則正しく忘れないように摂取して下さい。食べたり中止したりすると、耐性がつきにくいだけでなく、アレルギー症状が突然出ることがあります。対策: 規則正しく免疫療法用の食品を食べること(アドヒアランス)が、耐性獲得をスムーズに進める事だけでなく、副反応を減らすことになります。

事例 40 外出する時には、緊急時薬を忘れずに(牛乳)

年齢・性別 : 8歳 男児

症状 : 全身のじんま疹と咳・喘鳴

経過 : 牛乳による経口免疫療法の増量の途中です。祖父母宅へ遊びに行き、いつもの牛乳を12ml飲んで入浴したところ、全身にじんま疹出現、咳・喘鳴が出ました。その日は、エピペン[®]や内服の緊急時薬を家へ忘れてきたため、救急車で救急病院を受診しました。

解説 : 経口免疫療法は原因食品を摂取することによって耐性を獲得することを目標に行う治療です。その患者さんにとっては原因食品を増量していくわけですから、リスクが高い治療と言えます。どこへ行くときにも緊急時薬(エピペン[®]、内服ステロイド薬、抗ヒスタミン薬)の携帯を忘れないことを肝に銘じて下さい。また、救急病院も必要な時にはすぐ行くことができるように、事前に決めておいて下さい。

対策 : 経口負荷試験免疫療法の安全確保のために、緊急時薬はいつも携帯して下さい。

8. 誤食を防ぐための教育(自己管理能力を身につける)

年齢が大きくなったら自己管理能力を身につけさせましょう

事例 41 「食べられない」ということを言えなかったために… (鶏卵)

年齢・性別 : 6歳 男児

原因 : 卵を使用したケーキ

症状	: じんま疹
経過	: 卵アレルギーがあり、母親の許可のないケーキは食べていけないと言われていたが、親戚の家へ1人で出かけ、誕生日のプレゼントをもらうだけの予定がサプライズに出された卵を使用したケーキを断り切れずに食べてしまい、全身にじんま疹が出て、救急外来を受診することになりました。本人も食べていけないと分かっていたのですが、「食べられない」ということを親戚の人に言い出せませんでした。
解説	: 食物が出ない予定だったので、母親も親戚の人には食物アレルギーのことは話してありませんでした。親戚の予期せぬ好意で、このような事例がおきてしまうこともあります。
対策	: 自己管理が十分にできない幼児では、1人で行動する場合、必ず児を取り巻く大人には食物アレルギーのことを知っておいてもらって下さい。また、食物アレルギー情報を記載したサインプレートを携帯させましょう。

9. 調理法とアレルギー性

事例 42 たこ焼きを食べたら、卵の加熱が… (鶏卵)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : たこ焼き

症状 : じんま疹

経過 : 卵アレルギーですが、加熱してあれば食べられるようになっていたので、たこやきを食べさせたところ、じんま疹が出てしまいました。

解説 : 加熱の程度により卵のアレルゲン性は変化します。当然、非加熱の方がアレルゲン性が高く、少量でも症状が出やすくなります。この事例の場合、中身までしっかり加熱されていない状態だったと思います。

対策 : 外食する場合は、加熱の程度が自宅と違うので注意が必要です。

10. 医薬品、医薬部外品、化粧品

1) 石鹼によっておこる食物アレルギーがあります

事例 43 お風呂の石鹼で… (牛乳)

年齢・性別 : 5歳 男児

症状 : 全身の発赤

経過 : 祖父の家で父と一緒に入浴中、ボディークリームよりも普通の固形石鹼の方がいろいろなものが入っていないと安心して判断してしまっ使用したところ、全身に発赤湿疹が広がりました。

解説 : 使用された石鹼は牛乳石鹼でした。

対策 : 牛乳石鹼など食物成分を原料とする製品にも気を配りましょう。自宅以外での宿泊時などは必

要であれば、いつも使っている石鹼やシャンプーなどを持参することも考慮しましょう。医薬部外品には一部の成分以外はその原材料を表示する義務は企業にはありません。

事例 44 肌にやさしい石鹼と違って使用していたら… (小麦)

年齢・性別 : 25歳 女性

原因 : 加水分解小麦を含む石鹼

症状 : 石鹼接触部位の紅斑、運動後のアナフィラキシー

経過 : 茶のしずく石鹼(加水分解小麦含有)を使用していたら、顔が赤くなったり口唇が腫れたりするようになりました。また、パスタやケーキを食べた後の買い物中にじんま疹が出るようになりました。先日はパスタを食べた後で、テニスをしたら全身にじんま疹が出現し、その後意識を失って倒れました。

解説 : 加水分解小麦を含む石鹼の使用によって、皮膚または粘膜から石鹼中の小麦タンパクの感作を受け、同石鹼の接触によるアレルギーを生じたり、さらに小麦製品摂取だけでアレルギー症状を惹起したり、摂取後の運動で小麦依存性運動誘発アナフィラキシーを起したりする場合があります。

対策 : 加水分解小麦を含む石鹼は小麦アレルギーの患者さんだけでなく、アトピー性皮膚炎の人は皮膚から感作を受けやすいので避けた方がよいでしょう。健康な人が使用する場合でも、石鹼中の加水分解小麦による接触じんま疹だけでなく、小麦摂食後のアレルギーや小麦摂取後の運動誘発アナフィラキシーを発症することが報告されています。注意が必要です。

2) 牛乳や卵アレルギーでは避けたほうがよい薬があります

事例 45 病院でもらった下痢止め(タンナルビン)だから安心と思ったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : タンナルビン(止痢剤)

症状 : じんま疹

経過 : 下痢で病院にかかった際、食物アレルギー(牛乳)があると話したにもかかわらず、タンナルビンが処方されました。飲んだところ、全身のじんま疹が出現しました。

解説 : 医師、保護者ともタンナルビンの原材料が牛乳であることを知らなかったため、内服させてしまった。

対策 : アレルギーを専門としない医師も、乳幼児のアレルゲンとして代表的な卵白、牛乳などを含む薬剤についての知識を備えることが必要です。

事例 46 お医者さんから処方された整腸剤で… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 内服薬に含有されていた乳糖

症状 : 長引く下痢
経過 : 医師から処方されたクスリを飲み始めてから、下痢症状が長引いていました。内服薬の成分に乳糖が含有されていることが判明し、内服を中止したところ下痢症状はなくなりました。

解説 : 牛乳アレルギーの非常に強い患者では乳糖でも症状が起きることがあります。
対策 : 牛乳を原材料としているタンニン酸アルブミン（タンナルビン）以外に、整腸剤、経腸栄養剤、抗菌薬の一部にカゼインや乳糖などが使用されていることがあります。乳糖には微量の乳タン白が含まれています。
極めて微量の摂取でも症状が出現する牛乳アレルギー患児では、乳糖添加の表示がされている薬物の使用について主治医とあらかじめ相談しておきましょう。

事例 47 アレルギーの治療薬のつもりが、ソル・メドロール 40mg の注射で…（牛乳）

年齢・性別 : 4歳 男児
原因 : ソル・メドロール 40mg
症状 : 喘鳴、全身のじんま疹
経過 : 気管支喘息もあり加療されていました。喘息発作が認められるようになり、救急外来を受診、吸入とともにステロイド薬の静脈内投与を実施されました。しかし、投与開始後、全身のじんま疹が認められるようになり、喘鳴も強くなってきました。ソル・メドロール投与を中止、ボスミンの筋肉内投与、サクシゾン投与によって症状は改善しました。

解説 : ソル・メドロール 40mg には乳糖が賦形されています。（ソル・メドロール 125mg、250mg、500mg には賦形されていない）

対策 : 一部薬剤には、乳糖が賦形されています。賦形される乳糖でも症状が出る患者が極少数ではあるがいます。

事例 48 鼻に軟膏治療ぬったら、全身が真っ赤に…（鶏卵）

年齢・性別 : 3歳 女児
原因 : リフラップ軟膏（塩化リゾチーム）
症状 : じんましん
経過 : 耳鼻科を受診し、軟膏処置を受けた 10～15 分後、会計を待っている間に全身にじんま疹と咳が出ました。院長に確認したところ軟膏には卵白由来の塩化リゾチームが入っていることがわかりました。

解説 : 病院にも卵アレルギーであることは伝えてあったが、医師の知識不足かあるいは見逃したことが原因と思われます。医師は薬の添付文書を見なければいけません。

3) インフルエンザワクチン接種前に卵を食べさせて確認する必要はありません

事例 49 インフルエンザワクチンを受けたくて自宅で卵をちょっと試してみたら… (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 卵

症状 : じんま疹

経過 : 病院から、卵アレルギーがあるとインフルエンザの予防接種をうけられないと聞き、安易に生卵を試してしまったところ、じんま疹が出ました。

解説 : インフルエンザワクチンには卵成分が含まれています。しかし、その含有量は非常に微量です。卵アレルギーがあっても、多くの患者さんはインフルエンザワクチンを接種できます。

対策 : 卵アレルギーと診断されている場合、卵を食べられるかどうか食べてみることは自分ではしないで下さい。医師に相談して、必要ならば医師の監視下で経口負荷試験を行いましょう。卵アレルギーがある患者さんは、接種できるかどうか、医師に相談して下さい。

11. 皮膚への接触で発症

事例 50 衣服に付着した小麦粉で… (小麦)

年齢・性別 : 3歳1ヵ月 男児

原因 : 小麦粉

症状 : 湿疹の悪化と慢性的なかゆみ

経過 : 自宅で手打ちうどん屋を経営していました。お店で用いた布巾、タオルや衣服を家庭用の洗濯機で洗っていました。家庭内での衣服とお店のものと同時に洗濯機に入れることはありませんでした。祖父母の家に1週間ほど帰省した時、体中の赤みが消え、慢性的なかゆみが一気に改善したことを契機に、小麦粉が原因ではないかと考えました。帰宅後、新しい洗濯機を買い、洗濯物を分けたところ、湿疹の程度が軽くなりました。

解説 : 洗濯物から、洗濯機を介して衣服に付着した小麦粉が、湿疹の悪化要因になっていました。このような事例のように、食物アレルギーが経皮的に症状を引き起こす場合もあります。また、経皮的な感作によって、食物アレルギーが発症する可能性もあります。

対策 : 食品を扱う業務で用いた衣服は、家庭内での衣服とは別の洗濯機で洗いましょう。

12. 吸入で発症

事例 51 お菓子の食べカスが舞って… (小麦、牛乳)

年齢・性別 : 15歳高校生 女子

症状 : 声が出ない、皮膚のかゆみ、意識朦朧

経過 : 学校の休憩時間にまわりの友人たちは、楽しく談笑してお菓子を食べていました。始業の準備で一斉に机の上の食べカスや制服に落ちていた破片をはたきました。少しほこりを吸いこんだの

か気分が悪くなりはじめました。本人はアレルギーがあるのでお菓子を食べてはいませんでした。しばらくしたら声が出せなくなり、呼吸が苦しくなりました。声も出せなくなりましたが、やっとの思いで気分が悪いと伝えました。先生は自分で保健室へいくよう指示、3階の教室から歩いて保健室のある1階まで降りて行きました。

解説 :アナフィラキシーで声が出せなくなるほどの緊急事態です。情報をうまく伝えられずかなりひやりとしました。階段を一人で降りていて転倒でもしたら、授業中のため誰かに気付かれず大変なことになっていたと思います。

対策 :アナフィラキシーで声が出なくなったり、意識消失のため、周囲の者に状況を伝えることができなくなるおそれがあります。エピペン[®]などの携帯薬を持つべきです。しかし、自分で対応できないこともあります。「……でアナフィラキシーを起こします。」「エピペン[®]を携帯しています。」「病院へ連れて行って下さい。」「保健室に連れて行ってください。」などを記載したサインプレート携帯して下さい。

13. アレルゲンの食品表示

1) 必ず毎回表示を確認しましょう

事例 52 ついうっかり原材料表示を見逃して… (鶏卵)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : きな粉餅

経過 : 同居しているお義母さんが、子どもに「きな粉餅」を買ってきてくれました。お義母さんも卵アレルギーのことは知っていたので、つい安心して、原材料表示を見ずに、子供に食べさせたところ、その直後から顔面に痒みとじんま疹が出現しました。

解説 : いつもなら必ずアレルギー表示を確認していたのに、お義母さんからもらったので、つい、確認しそびれてしまいました。原材料表示には卵と書いてありました。

対策 : 家族や親戚からもらったものの原材料表示を再確認することは、食物アレルギーのあるお子さんをお持ちの方なら、失礼なことではありません。周りの方へも、アレルギーのあることをはっきり伝えましょう。

事例 53 個包装の確認不足で… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : 個包装になっているスナック菓子

経過 : 祖母に息子を預けていました。祖母は、鶏卵アレルギーであることは知っていましたが、個包装には記載がなかったため与えてしまいました。その後30分ほどして咳き込みと唇が腫れているのに気が付きました。個包装を包んである大袋のアレルギー物質食品表示には、卵白と書いてありました。

解説 : 祖母と親のアレルゲン表示確認と情報共有の不足です。
対策 : 食べる時に原材料がはっきり確認できないものは、与えないようにしましょう。お子さんを預ける際には与えてよいものを確認しておくといでしょう。容器包装の面積が 30cm²以下の加工食品・添加物には表示の義務がないので注意が必要です。食品衛生法において、表示が義務付けられている 7 品目と、推奨されている 20 品目を表 3 に示します。表示の対象になるのは容器包装された加工食品や添加物です。対面販売や店頭での量り売り、店舗内で製造販売される食品や容器包装の面積が 30cm²以下の加工食品、また飲食店の料理は表示義務の対象ではありません

事例 54 本人が大丈夫と言っても…(鶏卵)

年齢・性別 : 6 歳 男児

症状 : じんま疹

経過 : 母が不在のとき、祖母に連れられてコンビニエンスストアに買い物に行き、本人が「食べたことがある」と言ったので、表示を確認せずに購入し食べさせていました。

解説 : 見た目はほとんど同じでも、アレルゲン物質の含有量に違いがある食品も多い。また同じ商品でも販売地域による違いや、リニューアルにより含有成分が変わることもあります。

対策 : 毎回、アレルゲン表示の確認が必要です。本人にも、アレルゲン表示を確認するように指導すると共に、家族にも表示の確認を徹底するように理解してもらうようにしましょう。

事例 55 友人から頂いたお菓子で…(小麦)

年齢・性別 : 1 歳 女児

症状 : じんま疹

経過 : 子供のアレルギーをよく知っている友人が「小麦を使っていないよ。米粉だよ。」と言ってお菓子を頂きました。うっかりアレルゲン表示を確かめず、食べさせてじんま疹が出てしまいました。

解説 : 米粉メインのお菓子でも、小麦が少量含まれていました。

対策 : きちんと原材料表示を確かめましょう。原材料表示は含有量が多い食材から記載されています。少量になると最後の方に記載されているので余計に注意が必要です。

事例 56 海外のお土産で…(クルミ)

年齢・性別 : 7 歳 女児

症状 : じんま疹

経過 : アメリカのお土産の原材料が英語表記であったので、よく確認せずに食べたところ、アレルギー症状が誘発されました。

解説 : くるみ科のナッツ(ペカン)が含まれていました。

対策 : 海外からの輸入品やお土産は原材料表示が分かりづらく、トラブルが起きやすくなります。まずはきちんと表示を確かめることが重要です。疑わしい時は食べさせず避けて下さい。

事例 57 味付き肉には気をつけて、牛タンにカゼインが使用 (牛乳)

年齢・性別 : 7歳

原因 : 牛タン

症状 : 脇が腫れあがった

経過 : 親戚が集まって焼肉パーティーをすることになりました。娘の原因アレルゲンが乳である事は知っていましたが、牛タンにカゼインが含まれているとは思いませんでした。

解説 : 事故の後、包装用紙の原材料表示を確認したらカゼインが入っていることが分かりました。対策成型肉や味付け肉には軟化剤や結着剤としてカゼインナトリウムなどが使われていることがあるので表示をよく確認してください。

事例 58 表示の解釈は慎重に… (小麦)

原因・食品 : 魚肉ソーセージ (加工でんぷん)

症状 : 咳

経過 : 購入する際に原材料表示を確認したが「加工デンプン」に小麦を使っていることがあると知りませんでした。小麦のアレルギー表示が表示の最後にまとめてカッコ内に書かれていました。しょう油の表記もあり、小麦の表示はしょう油に含まれている物だと判断し、しょう油は普段は大丈夫なので食べさせてしまいました。デンプン=カタクリ粉という思い込みがありました。

解説 : 特定原材料を含む添加物に表示義務はありますが、含まれる量はわかりません。

対策 : 表示の見方に慣れているつもりでしたが、添加物についても慎重に配慮しなければならなかった。食べられる範囲でアレルゲンを含む加工品を楽しむ場合、加工品中のアレルゲンが含まれる量について情報を得ておくことが必要でした。

事例 59 見た目がいっしょでも気をつける (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : アンパンマンポテト

症状 : 鼻汁、咳、喘鳴

経過 : 自宅では、アンパンマンポテト (卵含有なし) を食べていました。友人宅で出されたアンパンマンポテトがスイートポテト味 (卵含有) だったのです。箱から出されていて見た目が全く同じだったので食べさせてしまったところ咳と喘鳴が出ました。

解説 : いつも見慣れている商品の姉妹製品で、箱から出されていたため区別はつかずに食べさせてしま

いました。

対策 : 友人宅でも遠慮せず必ず表示を見せてもらいましょう。原材料がわからない食品は食べないことも大切です。

事例 60 いつものちくわで… (鶏卵)

年齢・性別 : 7歳2ヵ月 男児

症状 : アナフィラキシー

経過 : 数年来、食べていたメーカーのちくわを食べたら、アナフィラキシーを起こしました。表示を確認したところ、商品の規格変更により、原材料に卵が新たに含まれていたことがわかりました。

解説 : 加工食品は規格変更を行われることがあり、原材料が変更されることがあります。また、地域によっては、規格が違う場合もあります。

対策 : 購入するときには、常に表示を見て確認することが重要です。

事例 61 クッキーのアイシングで… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : クッキーのアイシング

症状 : じんま疹

経過 : 母の日にクッキーにアイシングを使って絵を描くイベントに参加しました。アイシングが余ったので、子どもが一口食べたところ、じんま疹が出現しました。

解説 : 母が以前に教わったときには、粉砂糖と水のみでアイシングを作ったが、今回のものは生の卵白も含まれていたことが原因でした。一般的にはアイシングのレシピでは卵白を使用することが多いようです。

対策 : 初めて扱うもので食べる危険がある場合は、アレルゲン表示で現材料を確認することが大切です。

2) できれば複数の人が表示を確認しましょう

事例 62 保育園でアレルゲンなしのおやつと言われて食べたところ… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 園でだされたおやつ

症状 : 嘔吐

経過 : 毎日、園で出されるおやつは、アレルゲンの有無を確認してもらえます。その日は、調理員さんが確認し、アレルゲンが入っていませんとのことだったので、食べたところ、嘔吐してしまいました。

解説 : 調理員さんがアレルゲンの表示を見落とし、さらに、担任の先生がお休みで、代理の先生にア

アレルギーの情報がしっかり伝わっていなかったために、牛乳を含む食材が混入したことが後からわかりました。

対策 : 原材料表示の確認は、できることなら2人以上で行うこと。また、担任の先生がいない場合でも、今回のような誤食が起こらないように、日頃から、他の先生にも食物アレルギーのことをしっかり理解してもらうことが必要です(情報の共有)。

事例 63 いつも食べている桃を缶詰で食べたら… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 桃の缶詰

症状 : じんま疹、皮膚の発赤、痒み。

経過 : 保育園のおやつが桃の缶詰でした。今まで果物の桃を食べても症状はなかったのですが、1切れ食べたところ、食べて30分後から、じんま疹や皮膚の発赤、痒みが出現し、そのまま入院となりました。

解説 : 果物だけなら大丈夫だったものが、缶詰で食べたら、アレルギー症状が出ました。これは、シロップに含まれていた乳成分が症状を引き起こしたと思われます。

対策 : 乳製品は表示しなければならない義務があります。必ず購入時に表示を確認しましょう。今回のように保育園のおやつの場合は、親が表示を確認することができません。シロップ漬けには乳が含まれる可能性を知っておき、保育園でも表示を必ず確認してもらうようお願いしましょう。

3) 食べ慣れた加工品でもリニューアルの可能性を知っておきましょう

事例 64 リニューアルの表示がなく、パッケージもそのまま (鶏卵)

年齢・性別 : 9歳 男児

原因 : カップ焼きそば

症状 : じんま疹(全身に広がる) 持続する強い咳こみ 喘鳴(ゼイゼイ、ヒューヒュー) くしゃみ 鼻水 眼のかゆみ

経過 : 以前から食べていて、体調がよく量さえ間違わなければ大丈夫なカップ焼きそばだった。食べて2時間後、突然激しい症状が出た。手持ちの抗アレルギー薬、ステロイド薬を内服し、改善した。どうやらリニューアルされていたらしいがその記載がパッケージにも全くなく以前のもまだだったので気づかず、表示を見ずに食べさせてしまった。

解説 : 原材料の変更があっても、パッケージに表示されていないことがあります。また製造する地域によっても異なる場合があります。

対策 : 食べ慣れている加工品でも、毎回表示を確認する習慣をつけるのが最も確実。

4) 製造ラインまで確認しましょう

事例 65 表示に娘のアレルゲンとなる物はなかったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 6歳 女児

原因 : 牛乳の表示のないチョコレート (製造ラインでの混入)

症状 : じんま疹

経過 : チョコレートのアレルゲン表示に「牛乳」がなかったたので食べさせたところ、1時間後に顔にじんま疹が出ました。内服によって症状は改善しました。

表示の枠の中には娘のアレルゲンとなる食物はなかったが、欄外に「同じ製造ラインで牛乳を含む製品を生産しています」という表示がありました。

解説 : 食物アレルギーは微量なコンタミネーション (混入) でも反応が起きることがあります。

対策 : 同じ製造ラインを使用している場合、「本品製造工場では〇〇を含む製品を生産しています」などと欄外表示してあるのでよく確認してください。欄外表示は義務ではないため、必ずしもあてにはできませんが、含有量が微量とは限りません。欄外表示でも原因食品であれば避けた方が安全です。

5) レストランや店頭販売に表示義務はありません

事例 66 旅行先に名物のアイスクリーム屋さんがあつて… (鶏卵)

年齢・性別 : 7歳 女児

原因 : アイスクリーム

症状 : じんま疹

経過 : 表示がはっきりしないものは食べないようにしていたが、雰囲気で我慢できなくなって名物のアイスクリームを少し食べさせてしまいました。卵の混入は少なかったのか、幸い軽い症状のみで大事には至りませんでした。もし強い症状が出ていたらせっかくの楽しい旅行が台無しになるところだったと反省しています。

解説 : 店頭販売の場合、表示義務はありません

対策 : 気の緩みが大きな事故につながることはあります。旅先では医療機関もすぐに見つかりません。家族全員協力して表示のされていないものは食べさせないようにしましょう。

事例 67 パン屋さんのパンは安全と思ったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 米粉のパン

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : パン屋さんで米粉のパンを購入しました。卵と牛乳も除去中なので、店員さんに確認すると、「卵も牛乳も入っていません」とのことでした。翌朝、子どもの朝ご飯としてパンを食べさせたら、全身じんま疹に、呼吸困難が出現し、アナフィラキシーショックで入院しました。

解説 : 実はこのパンには、脱脂粉乳が使われていました。店員さんには脱脂粉乳が乳製品であるとの

認識がありませんでした。今回のことは、パン屋の店員さんの知識不足が原因でした。

対策 : 基本的に店頭販売はアレルギーの表示義務がありません。店員は、原材料に関する知識が正確なことが多いので、店員の言葉を鵜呑みにせず、責任者に聞いた方がよいでしょう。店側には、アレルギーの表示義務はありませんが、アレルギーの相談を受けた場合、原材料を正確に伝え、不明な時は「わかりません」と応えるべきです。また、「アレルギー対応」と謳う場合は、製造中のコンタミネーションも含めた、厳密な管理が必要です。

6) 総菜やばら売り、試食品に表示義務はありません

事例 68 スーパーマーケット試食コーナーにて (鶏卵、牛乳)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : ソーセージ

症状 : 咳、腹痛、顔のむくみ

経過 : 親が目を離したすきに、スーパーの試食品を食べてしまいました。本人は黙っていましたが15分くらいして、咳と腹痛が出現し、顔が腫れてきました。おかしいと思い、本人に問い詰めたところソーセージを食べたと白状したので、すぐ手持ちの内服薬を飲ませ症状は落ち着きました。

解説 : 店頭販売の場合、表示義務はありません

対策 : スーパーの試食品は大きい子であれば食べないように教えましょう。小さい子は試食コーナーのあるスーパーでは目を離さないようにしましょう。

事例 69 表面に卵を塗った「卵不使用」調理パンって… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 男児

症状 : じんま疹

経過 : 卵不使用と記載されていた調理パンをスーパーで購入し食べたところ、全身じんま疹が出ました。

解説 : パン自体には卵は使用していなかったため、卵不使用と記載されていましたが、調理の際、表面に卵を塗ってありました。アレルギーの食品表示義務は包装加工食品に適用されるが、お総菜などの店頭販売食品には表示義務はない。

対策 : 店頭で販売される食品には表示義務がないので注意が必要です。

事例 70 手作り食品には表示義務がないので… (くるみ)

年齢・性別 : 3歳 女児

症状 : じんま疹

経過 : おやつに、お土産にもらった五平餅を食べたところ、咳が止まらなくなったので、病院を受診しました。

解説 : くるみに対してアレルギーがあることはわかっていたが、五平餅にくるみを使うこともあることは知らなかった。

対策 : 手作りの食品には原材料の表示がない場合が多いため、注意が必要であり、問い合わせ先が明記されている時には、電話で内容を確認する。

7) 紛らわしい表示でもお子さんのアレルギーと関連のあるものは覚えるようにしましょう

事例 71 米粉パンのグルテン。少しなら大丈夫と思ったが… (小麦)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : 小麦グルテンが5%入っている米粉で作られたパン

症状 : 顔と腕にじんま疹

経過 : 義理の父が、米粉だけを使ったパンを買ってきてくれました。店の人は義父に、「小麦成分は入っていない」と言ったそうですが、心配だったので問い合わせをしたところ、「軟らかさを出すために小麦グルテンを5%入れています、重篤な小麦アレルギーの人以外は大丈夫だろう」と言われました。5cm大を食べさせたところ、3時間後に顔と腕にじんま疹がでました。病院に行きましたが、待っている間に症状はだんだん落ち着きました。

解説 : 米粉パンに含まれていた少量の小麦グルテンで症状がでました。

対策 : 小麦アレルギー患者さんはグルテンを含む食品も食べさせない。

事例 72 グルテン入りの「100%米粉パン」って… (小麦)

年齢・性別 : 3歳1ヵ月 男児

原因 : 米粉パン

症状 : アナフィラキシー

経過 : ショッピングモールの店頭販売で、「100%米粉パン」と銘打ったパンを購入しました。成分表示に小麦は入っていないことは確認して食べましたが、その帰りの車の中でアナフィラキシーを起こしました。

解説 : 「100%米粉」という表示にもかかわらず、グルテンが含まれていたことが分かりました。製造者はグルテンが小麦成分と認識していませんでした。「100%米粉パン」という表示だと、小麦アレルギー患者が選んで食べることを予想すべきです。

対策 : 製造側はアレルギー表示について十分に理解する必要があります。また、食物アレルギーに関する知識も必要です。小麦アレルギー患者さんやその家族は「米粉パン」にはグルテンが使われることがあることを知りましょう。

事例 73 お肉を食べて… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳9ヵ月 男児

原因 : お弁当の加工された肉

症状 : 軽度のかゆみ、1~2回の嘔吐、眼充血

- 経過 : 父親の会社主催で行われたイベント会場で、会社から無料のお弁当が出ました。(アレルギー表示なし) 乳製品アレルギーであることは父母共に分かっていたが、加工された肉に含まれることを知らずに肉を子供に与えてしまった。
- 解説 : 肉のように一見アレルギーを含まないように見えるものも、加工過程でアレルギーを使用している場合があります、注意が必要です。
- 対策 : 外で食事が必要な時はお弁当を持参する。

事例 74 牛肉は、加工されている場合があります (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 加工肉

症状 : じんま疹

経過 : 子供用に提供してもらった除去食には問題はなかったのですが、大人用の料理に「那須牛」があり大丈夫だと思って食べさせたら、これが「加工肉」であり、乳製品にアレルギーのある息子はじんま疹が出てしまいました。宿のコックさんに確認したら「加工肉」だと言われました。

解説 : 加工肉には乳成分が含まれていることがあります。この加工肉は2013年に起きた表示偽装問題の際に注目を集めました。牛脂注入肉は、牛脂のみではなく、乳成分、小麦、大豆成分が使われることもあります。牛脂注入肉を「霜降りビーフステーキ」「さし入りビーフステーキ」と表示することは優良誤認に該当し景品表示法上の問題となります。消費者庁は牛脂注入肉を使用している場合は、そのことを明瞭に記載するよう求めています。

対策 : 牛肉には、加工が施してある場合があります、加工肉、成型肉、牛脂注入肉、インジェクション加工肉が使用されている場合、アレルギー表示を確認する必要があります。

自宅（祖父母宅）

1. 食品購入時

よく行き来する祖父母宅での問題点

事例 75 同じメーカーのジュースで…（牛乳）

年齢・性別：4歳 女児

経過：祖父母宅にて、いとこの小学生のお兄ちゃんと一緒に遊んでいる最中に、冷蔵庫からジュースを出して一緒に飲んで症状が出てしまいました。いつもと同じメーカーのジュースでしたが、りんごジュースではなくヨーグルト飲料でした。

解説：以前飲んだことのあるパッケージのジュースだったため、大丈夫と思ったとのこと。

対策：似たようなパッケージやシリーズで、原材料品目が異なる加工品が販売されています。同じものでも改良で材料変更されていることもありえます。購入時に気をつけることは当然ですが、小さいお子さんでしたら必ず「大人に確認してから飲食すること」を教える必要があります。また、よく行く祖母宅であれば自宅同様に原因アレルゲンは置かないようにしてもらいましょう。

2. 情報の共有不足

1) 見た目がそっくりな代替食に潜む問題点

事例 76 あまり上手に代替食を作りすぎたばかりに…（牛乳）

年齢・性別：6歳 女児

原因：牛乳入りアイスキャンディー

症状：全身のかゆみとじんま疹

経過：お友達とおやつを一緒に食べる時に備えて、見た目がそっくり同じものを牛乳除去して作って準備していました。しかし、母親が席をはずした時に、お友達のお母さんが区別つかなくて与えてしまいました。食べて15分ぐらいした時に全身のかゆみとじんま疹が出て間違っただけで与えたことに気づきました。すぐに手持ちの薬を飲ませて症状はおさまりました。

解説：お友達には牛乳入りの市販のアイスキャンディー、患児には母親の手作りの牛乳除去のアイスキャンディーを準備しておいたのですが、見た目がほとんど変わらないために、お友達の母親が患児に牛乳入りのアイスキャンディーを与えてしまいました。

対策：除去食を行っている場合も、できるだけ同じようにみえるものを与える工夫は大切と考えます。しかし、そのことをみんなで理解していないとこのような誤食につながります。食器を色違いにしたりして区別する工夫が必要です。

事例 77 まさかお代わりの時に間違うなんて… (牛乳、小麦)

年齢・性別 : 14歳 男子

原因 : 家族用のシチュー

症状 : アナフィラキシー

経過 : 夕食のシチューで、自分でお代わりする際に、アレルギーの入った家族用のシチューを患者自身が誤って食べたところ、じんま疹、咳、喘鳴。腹痛、嘔吐が出現し病院を救急で受診、点滴等の処置で症状は改善しました。エピペン[®]を所持していましたが、自宅で注射するタイミングがわからず、使用できませんでした。

解説 : 以前は、家族全員がアレルギー対応のシチューを食べていましたが、今回は患者の年齢も高く、見た目も味もまったく違うシチューをアレルギー用と家族用に別々のお鍋で作りましたが、患者本人が確認しませんでした。

対策 : 中学生でもあり、あれこれ言われるのが嫌だろうと、本人まかせが事故を招きました。アナフィラキシーまで起こしており、家族が患者と異なるものを一緒に食べる時は自宅といえども、はっきり区別できるような工夫が必要です。エピペン[®]を使用するタイミングは医師とよく相談しておく必要があります。

2) 留守中に面倒を見てくれる人には十分な情報を伝えましょう

事例 78 母親の留守中におじいちゃんが… (鶏卵、牛乳)

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : 卵と牛乳入りのビスケット

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 母親の留守中に、同居していない祖父が卵と牛乳入りのビスケットであることを知らずに与えてしまい、全身にじんま疹が出ました。祖父から連絡を受けたので、すぐ救急車で病院に連れて行ってもらいました。

解説 : 同居していない祖父は孫が牛乳アレルギーとは知っていましたが、除去の内容について詳しく聞いていなかったため、卵と牛乳入りのビスケットを与えてしまいました。

対策 : 除去食を行っている場合、患児をとりまく家族全員がその内容を知ることが大切です。お母さんの留守中でも食べていけないものがわかるように、具体的に記載した表を目につくところに貼っておくのも良いでしょう。

事例 79 アレルギーと知っていたが、ほしがる孫に少しくらいと… (小麦)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 菓子パン

症状 : 顔面の発赤、じんま疹

経過 : 祖父に子供を預かってもらっていた時に、置いてあった菓子パンを見つけ欲しがりました。食物アレルギーがあるとの認識はあったのですが、かわいそうに思い、少しくらいなら大丈夫だろ

うと食べさせてしまったところ、顔にじんま疹が出てしまいました。

解説 : 原因食品でも少しくらいならよいだろうと、安易に与えてしまったことが原因です。
対策 : 家族内での理解を深めてもらい、聞き分けの難しい年齢の子の前にアレルギー食品を置かないことも大切です。

3. 食品の整理整頓

アレルギー食品や家族・兄弟などの食べ残しなど、そのままにしておくは大変です

事例 80 まさか触るとは… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 生クリーム

症状 : 目の周りの発赤と腫れ、体の痒み

経過 : 子供は別の部屋で遊んでいたのですが、保育園でもらった誕生日ケーキの入った箱をテーブルの上に置いたまま、台所で食事の支度をしていました。しばらくして、「おかあさん」と呼ぶ声があったので行くと、ケーキの箱の中に手を入れて生クリームをなめていて、目の周りが赤く腫れて、全身を痒がっていました。

解説 : 箱に入っただけではいたが、子供の手の届くテーブルの上にあったケーキの生クリームをなめて症状が出ました。

対策 : 手の届くところには患児の原因アレルギーを含む食品を置かない。また本人に食べてはダメなもの自覚を促すことも必要です。

事例 81 お兄ちゃんのラムネを自分のと同じお菓子だと思って… (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : ミルクカルシウム入りのラムネ

症状 : 顔面の発赤と咳

経過 : 一部のラムネは食べていたので、兄が食べているミルクカルシウム入りのラムネを見つけて食べてしまい、顔面の発赤と咳が出現しました。かかりつけの小児科を受診し、吸入と内服を行い症状は改善しました。

解説 : 兄の食べているラムネを、自分の食べているものと区別できずに食べて、症状が出てしまいました。

対策 : アレルギーとなるものは家に置かない、または手の届かない場所に置くなど、家族の協力も大切です。咳は、重篤なアレルギー症状のサインなので、病院を受診して適切な対応をしてもらう必要があります。

事例 82 お兄ちゃんがもらったチョコレートを知らない間に… (ピーナッツ)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : ピーナッツクリーム入りのチョコレート

症状 : 顔と体にじんま疹

経過 : 兄の学校のクリスマス会で配られたチョコレートを知らないうちに食べてしまい、顔と体にじんま疹が出ました。ラベルを調べたらピーナッツクリームが入ったチョコレートでした。

解説 : 見た目だけではピーナッツが含まれるかわからないチョコレートを食べて症状が出てしまいました。

対策 : アレルギーの子どもがいる場合、兄弟がもらって帰ってきた食品は、すばやくアレルギー児の見えない場所に片づける必要があります。

事例 83 食べ残しには注意を！ (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

症状 : じんま疹、咳

経過 : 兄弟が飲んだ飲みかけのコップの牛乳を、お茶が入っていると思って飲んでしまい、じんま疹と咳が出ました。

解説 : 飲みかけのコップからの牛乳の誤食は報告が多く、兄弟に食物アレルギーがない家庭での報告が多いのが現状です。

対策 : 牛乳アレルギーは、数滴というごく少量でも症状が誘発されることがあり、原因アレルゲンは子どもの手の届かない場所に置く必要があります。

事例 84 食卓に残されたスプーンにカフェオーレが… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : スプーンについたカフェオーレ

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 朝食で父親がカフェオーレを飲むのに使用したスプーンを、食卓に置きっぱなしで会社に出かけてしまったことに気づきませんでした。子どもが食卓に残されたスプーンをなめてしまい、その後、急にぐったりし、多量に嘔吐し、全身にじんま疹が出たので病院に連れて行きました。

解説 : スプーンに残ったわずかの牛乳がアレルギー症状をひき起こしました。ごく少量のアレルゲンでも患者によっては重篤な症状の原因となります。

対策 : 食物除去をしている場合、食物そのものはもちろんですが、調理に使用した器具や、食器まで注意が必要です。調理したらすぐに洗う、食器はただちに片付けるといったことで、このような誤食は回避できます。

事例 85 身近にアレルゲンは置かないこと！（牛乳）

年齢・性別：1歳 女児

原因：牛乳を浴びた

症状：アナフィラキシー

経過：兄の飲み残しの牛乳を取り上げたところ、患児がとびかかったため牛乳を頭から浴びてしまいました。過去に微量でアナフィラキシーをおこした既往があるため、誤食時の緊急時薬を飲ませ、直ちに病院を受診しました。病院を受診した時点で、アナフィラキシー症状が出現しましたが、迅速に処置がおこなわれ大事にいたることはありませんでした。

解説：低年齢の場合、予期せぬ行動をおこすことがあります。身近に、アレルギーの原因となるものを置かないように努めるしかありません。兄弟が飲んだり、食べたりする場合は、場所をきめて残したものはすみやかに片づけましょう。この事例では、アナフィラキシーの既往があることから、自宅で緊急時薬を内服して病院を受診したことが、大きな事故にならずに済んだ要因となっています。

事例 86 お兄ちゃんのたべこぼしに卵が…（鶏卵）

年齢・性別：1歳 女児

原因：卵焼きの食べこぼし

症状：アナフィラキシー

経過：10ヵ月ごろまで重症のアトピー性皮膚炎でしたが、スキンケア・軟膏塗布と卵の除去で皮膚炎はほぼ治っていました。卵料理はまったく食べないようにしていたのですが、4歳の兄の卵焼きの食べこぼしを患児が口に入れてしまったようで、その直後に口唇から顔全体の発赤、腫脹および喘鳴、呼吸困難が出てきました。救急車を呼んで病院に連れて行きました。

解説：過敏症状の強いお子さんでは、ごく少量でも症状が誘発されることがあります。

対策：食物アレルギーの強いお子さんのいる家庭では、家庭内にアレルゲンとなる食品は置かないようにするのが一番ですが、置かざるを得ない時には、患児がアレルゲンに触れることがないように、十分に注意することが必要です。

事例 87 ゴミ箱のストローで…（牛乳）

年齢・性別：1歳 女児

原因：加工乳（ジョア）

症状：じんま疹（全身に広がる） 激しいかゆみ 持続する強い咳こみ 喘鳴（ゼイゼイ、ヒューヒュー） 声がかれる 1～2回の嘔吐

経過：完全除去中で、どれくらいの症状が出るかわからなかった。姉の飲み干した発酵乳の容器をゴミ箱に捨てておいたところ、本人が取り出してストロー部分をなめ、30分以内にアナフィラキシー症状をきたした。病院で注射、点滴、吸入をした。本人の行動が、思ったより発達していたのも盲点だった。

- 解説 : 摂取したことがない場合、検査の値だけで、どの程度のアレルギー症状が出るか正確に予想することは困難です。年齢が低くIgE抗体値が高い場合などは、強いアレルギー症状を警戒する材料にはなりません。
- 対策 : 幼児に届く範囲はどんどん広がっていくことを念頭に置き、子供には届かない、開けられない保管場所やゴミ捨て場所を工夫し、家族で徹底する。

4. 食事中の配慮の不足

事例 88 お兄ちゃんの食事に手をのばして… (イクラ)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : 手巻き寿司 (イクラ巻)

症状 : 全身のじんま疹

経過 : 夕食の手巻き寿司を兄弟2人だけで食べていたところ、患児がつい手を伸ばして兄のイクラ巻きを食べてしまいました。食べた直後から全身のじんま疹が出てきたため、すぐに手持ちの薬を飲ませました。

解説 : 小さなお兄さん、お姉さんにまで除去食を理解させることは難しいでしょう。しかし事例のように少量を口にただけでもアナフィラキシーとよばれる重篤な症状が起きることがあります。除去しているものを食卓に出す場合は細心の注意が必要です。

対策 : 原因食品の除去食が、家族みんなの心理的負担にならないよう、小さな兄弟にもわかりやすいように食物アレルギーを話してあげてください。機会があれば除去食をしている兄弟の診察に付き添って、主治医の先生から話してもらうのも良いでしょう。

5. 極微量でも症状が出る子もいます

事例 89 ヨーグルトを食べたお姉ちゃんのクシャミが顔に飛んで… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : ヨーグルト

症状 : 顔面のかゆみと腫れ

経過 : 生後1ヵ月より牛乳除去を継続していました。おやつ時間に4歳のお姉さんがヨーグルトを食べていて、患児の顔の前で大きなクシャミをしました。そのクシャミを浴びたとたん顔中を掻きむしりだし、まぶたはパンパンに腫れあがりました。すぐに流水で顔を洗い、水で絞ったタオルで冷やし、アレルギー症状が起きた時に服用するように指示されていた薬を飲ませたら症状は軽快しました。

解説 : お姉ちゃんのくしゃみの中に含まれていたヨーグルトで症状が出ました。思わぬことで、アレルギーを浴びることがあります。クシャミのように避けられないこともあります。

対策 : アレルゲンを浴びてしまった時はまず、流水でしっかり洗い流してください。万一の場合に、主治医の先生からお薬を戴いておくことも大切です。

事例 90 兄弟が食事中に食べながら熱っぽく話していたら… (魚)

年齢・性別 : 7歳 男児

原因 : 魚

症状 : 発赤、かゆみ、じんま疹、目の充血

経過 : 食卓の向かい側に座った兄が、魚を口に入れたまま話をしていたところ、急に目や顔が痒くなってきました。

解説 : 目に見えない程度のアレルゲンでも、食物アレルギーが重症であれば、アレルギー反応が起こることがあります。

対策 : アレルギーの強い子供さんがいる家庭ではその子にあわせた献立を考え、家族みんなで同じものを食べるようにするのがよいでしょう。どうしてもできない場合は、時間や場所をずらして食事をするようにし、魚料理を食べたあとは歯みがき、うがい、手洗いをしてから、アレルギーのある子供と接するようにしましょう。

事例 91 クッキーを食べたお兄ちゃんがそばにいたら妹に異変が起きました (小麦、そば)

年齢・性別 : 7歳 女児

原因 : 兄が食べたクッキー

症状 : アナフィラキシー (顔の紅斑と喘息発作)

経過 : 兄がクッキーを食べ、その後、口も手も十分に洗ったにもかかわらず、一緒に遊んでいたら顔が赤くなり、喘息症状が出てきました。緊急常備薬を内服し、病院を受診し、点滴で症状は治まりました。

解説 : クッキーを食べたあと、兄は手と口を洗ったにもかかわらず、症状が出てしまいました。衣類などにクッキーのかけらがついていていた可能性もあります。

対策 : お子さんが強いアレルギーを持っている場合、家族にも協力してもらい、家庭内にアレルゲンとなるものを置かないようにする必要があります。特に外出先や、お友達の家などでは注意が必要です。

事例 92 家族が手をよく洗わずに子供を抱いたらアレルギーが出ました (牛乳)

年齢・性別 : 7ヵ月 女児

原因 : 牛乳を飲んだあとの唾液か、手に残った牛乳

症状 : 発赤、じんま疹

経過 : 父親が牛乳を飲み、そのままうがい手洗いをせずに子供を抱いたところ、父親の手が触れた首の後ろにじんま疹が出ました。

解説 : 食物アレルギーが重症な場合、触れただけでもアレルギー症状が出てくることを知っておく。
対策 : 原因食品を食べたあとは、うがい手洗いをしてから、子供に接するようにする。

事例 93 触っただけでも、症状が出ます！（鶏卵）

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 手に付着していた卵

症状 : 接触部位の皮膚の発赤・かゆみ

経過 : 鶏卵を材料に、カップケーキを作っていた姉が、保育園から帰ってきた弟を抱き上げたところ、接触部位がみるみる、赤くなりかゆみが出現しました。直ちに、接触した部位を流水で洗い流して、症状が軽快しました。

解説 : 姉が、鶏卵を触った手をしっかり洗わなかったために、接触によるアレルギー症状を起こした。経口摂取以外にも食物アレルギーが起きることもあります。

対策 : 家族に食物アレルギーがある場合は、家族全員が認識して、手も含め原因食物が付着した場合は十分に洗うなどして、注意することが大切です。

6. 食物アレルギーが関与する乳児アトピー性皮膚炎があります

初めて与える食品は注意が必要です

事例 94 はじめて与えたミルクで...（牛乳）

年齢・性別 : 3ヵ月 乳児

原因 : 粉ミルク

症状 : 全身のじんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎があり母乳栄養で育てていました。母が風邪薬を服用する間、母乳中止の指示が出たため、初めて粉ミルクを飲ませました。顔が赤くはれて眼の周囲が腫れました。

解説 : 乳児期のアトピー性皮膚炎には食物アレルギー（卵・乳・小麦・大豆など）が関与する場合があります。今回は初めて飲ませた粉ミルクでアレルギー症状が出現しました。

対策 : アトピー性皮膚炎の乳児には即時型の食物アレルギーが合併する場合がありますので、初めて粉ミルクを与える時には注意が必要です。

友人宅（友人との食事会）

事例 95 友達の親子パーティーに参加したら、子供がおやつに手を出して…（鶏卵、牛乳、小麦）

年齢・性別：1歳 男児

症状：じんま疹

経過：パーティーに参加した子供に年齢幅があったため、小学生の子ども達用のビスケットに、食物アレルギーのある1歳の子が手を出してしまいました。30分ほどしてじんま疹に気づいたため、手持ちの内服薬を飲ませ、しばらくしたら落ち着きました。

解説：パーティーに参加する前に、参加者の年齢構成や、食事や軽食の内容などを確認していなかったため、今回のようなことが生じました。

対策：食物アレルギーを持つお子さんとパーティーや集会に参加する時には、あらかじめ、食べられるおやつや食事を持参しておくといいでしょう。また、パーティーの主催者や参加する人に、食物アレルギーのことをきちんと伝えておくことも重要です。

事例 96 お友達の家で提供された食事だったので、断れず、少しぐらいなら大丈夫と思い…（牛乳）

年齢・性別：13歳 女児

症状：アナフィラキシー

経過：お友達のうちで、スティックチーズがおやつに出されました。食べてはいけないことはわかっていたのですが、少しならいいと思い、食べてしまいました。食べた直後から唇が腫れ、息苦しくなり、喘息発作が出ました。自宅で安静にしていたら、2時間ぐらいで症状は治まりました。

解説：年長児の場合、遠慮もあり、お友達の家で出されたものを食べられないとは言えず、つい食べてしまうということがあります。

対策：子供が自分では言いにくいこともあるので、あらかじめ親が先方に連絡をしておく方が良いでしょう。食べてしまった時、すぐに対応できるように、緊急時薬を携帯することも忘れないように。

園・学校・施設

1. 食物アレルギーに関する知識の不足による事例

食物アレルギーのことを知らないスタッフが起こした事例

事例 97 園でおやつのおかわりを間違えて配膳（鶏卵）

年齢・性別：3歳 女児

原因：園でだされた卵入りクッキー

症状：じんま疹

経過：4月の慣れないバタバタしている時期に、卵アレルギーの園児がおやつのおかわりをしたところ、先生が間違えて食べていけない卵入りのおやつをあげてしまい、食べたところ、じんま疹が出ました

解説：先生は新任初日で、仕事に慣れていませんでした。そのため、食物アレルギーに十分注意を払わず、あげてしまったそうです。また、おかわりということで、注意がおろそかになっていた可能もあります。

対策：先生が保育に慣れていない場合、特に食事の時間は、先生を増やし、食物アレルギーの園児に注意を払う必要があります。また、新任の先生にも、事前に食物アレルギーの知識をつけてもらうことが大切です。

事例 98 カルピスは牛乳からつくるの？（牛乳）

年齢・性別：5歳 女児

原因：乳酸菌飲料（カルピス）

症状：じんま疹

経過：園の先生がおやつ時に乳酸菌飲料（カルピス）を飲ませてしまいじんま疹が出ました。

解説：先生はカルピスが牛乳から出来ていることを知りませんでした。

対策：食物アレルギーの患児がいる園では、食べさせる食品の原材料は事前に調べておくべきです。

事例 99 味のもとが事故のもと…（牛乳）

年齢・性別：9歳 男児

原因：乳製品を使用した中華だし

症状：未摂取のため無症状

経過：その日わかめスープの味が今回使用する中華だしだと薄いと調理士が自ら判断し、いただいている原材料表でない乳製品入りの中華だしで味をつけてしまいました。栄養士が給食の前に気づいて校長に連絡し、配膳することもなく食べずに済みました。

解説：そこの調理士さん達は今までアレルギーの強い子を受けたことがなく、過去にも味見をして自己判断で原材料の変更をしていたようでした。校長が事態を把握し、今後は原材料の変更が生じ