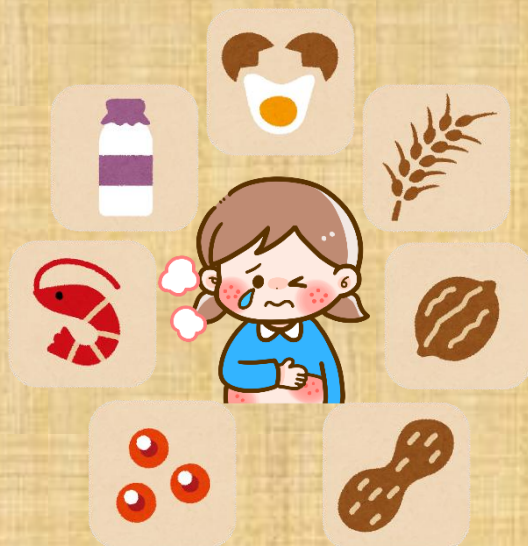


『 気になる！子どもの食物アレルギー 』

食物アレルギーは特定の食品に対してアレルギー反応が起こる病気です。多くの場合、原因となる食品を食べたり飲んだりしてから、2時間以内に症状が現れます。

子どもの食物アレルギーは、0～3歳までで最も多いのが卵・牛乳・小麦で、4歳以降になると木の実類・魚卵・甲殻類・ピーナッツなどがあげられます。

症状はさまざまですが、最も多く見られるのは、じんましんなどの皮膚症状、せきや喘息などの呼吸器症状、目が赤くなるなどの粘膜症状、嘔吐、腹痛などの消化器症状の順に多くなっています。



食物アレルギーのほとんどは、原因となる食品を初めて食べたときに症状が現れます。離乳食開始後はアレルギーの有無を知るため、**初めての食品は1度に1種類、まずは少量から**食べさせるようにするとよいでしょう。

食物アレルギーが疑われる症状が出たときは、早めに病院受診しましょう。

その際、食べた物の種類や量、どのくらい時間がたってから症状が出たのか、どんな様子だったか（写真など）、どのくらいでおさまったのかなど記録しておくことで診察に役立ちます。

問診に加え、必要に応じて皮膚検査や血液検査、食物経口負荷試験などを行うことがあります。

食物経口負荷試験では、アレルギーが確定しているかまたは疑いがある食品を、医療機関で実際に食べ、その後の反応を観察していく検査です。目的はアレルギーの確定診断、安全に摂取できる量を決定、耐性獲得の確認があります。安全に摂取できる量を確認することができれば、その量まで食べることができます。

治り方には個人差があります。どんどん食べられる量が増える子もいれば、ゆっくり進む子もいます。子どものペースに合わせて、気長に取り組んでいきましょう。

子どもの食物アレルギーは乳幼児期に発症したものであれば、成長に伴い治ることが多いと言われています。自己判断で食物除去することなどはやめ、病院受診し医師の指導のもと対応してください。