



# 給食メモ

2022年2月 箱舟保育園

## お願い

突然食物アレルギー症状が出現し受診され、検査結果が出るまでに数日を要する時に登園される場合は、お弁当の持参（おやつも含めて）をお願いします。お肉だけ取ってくださると依頼されても、調理過程でアレルギーの原因となるたんぱく質は流出します。出汁などのエキスはよいのかな？など指示書がない状況では、きちんとした対応はできません。曖昧な対応をし、園で発症するリスクを避けるためですので、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 食物アレルギー

はこぶね保育園では現在10名の園児にアレルギー除去食の指示書を提出していただき、除去食の提供を行っております。指示書には、食品の除去の項目しかありませんが、普段の生活で、気を付けていただきたい事をお伝えします。この内容は消費者庁の委託業務「食物アレルギーヒヤリハット事例集2021」に掲載されたもので、はこぶね保育園で実際に起きたものではありません。

## 食物アレルギーの定義

食物アレルギー診療ガイドライン2016において、食物アレルギーとは「食物によって引き起こされる抗原特異的な免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状が惹起される現象」と定義される。免疫学的機序にはIgE依存性反応と非IgE依存性反応がある。免疫学的機序によらないものを「食物不耐症」と総称する(図1)。食物アレルギーは食物によって惹起されるアレルギーであり、体内への侵入経路は、経口摂取だけではなく、経皮、吸入、注射など、いずれの経路でもよい。

## 事例

### ■ 11歳 女児

原因・・梨

症状・・アナフィラキシー

経過・・学校で友達が持ってきた梨を一緒に食べました。食後30分程度でかゆみや咳が出たが症状が軽かったので様子を見ていました。食後の体育の時間にだんだん呼吸が苦しくなり、咳も出てきました。先生が全身のじんま疹やまぶたの腫れに気づいて、保健室へ連れていかれた時には意識ももうろうとしていました。何とか本人と会話ができ、休み時間に梨を食べたこと、症状の時間経過などから食物アレルギーを疑われ救急車で病院へ搬送されました。

解説・・全身の皮膚症状と呼吸器症状からアナフィラキシーと診断できます。今回の事例のように、アレルギー症状は運動によって悪化し、時に重篤な症状に発展することもあります。果物は食物依存性運動誘発アナフィラキシーの原因食品としても比較的多いことが知られています。

対策・・原因食品を摂取した場合には食後4時間以内は運動を避けるようにしましょう。

### ■ 1歳男児

原因・・ヨーグルト

症状・・顔面のかゆみと晴れ

経過・・患児は、生後1ヵ月よりアレルギー用ミルクを使用していました。おやつ時間に4歳の姉がヨーグルトを食べていて、患児の顔の前で大きなくしゃみをしました。そのくしゃみ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。保護者は、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・・姉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、アレルゲンを浴びることがあります。

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処方してもらうことも大切です。

### ■ 39歳 女性

原因・・大豆乳

症状・・口腔違和感 じんま疹 嘔吐

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・・シラカンバやハンノキなどの花粉の主要抗原と類似構造を有する食物抗原との交差反応によっておこる花粉-食物アレルギー症候群(PFAS)です。花粉のアレルゲンに対する感作後に交差反応によって新たに果物や野菜にアレルギーを生じる場合、口腔症状のみにとどまる口腔アレルギー症候群(OAS)のことが多いですが、中にはこの例のように全身じんま疹や呼吸困難など重篤な症状をきたす場合があります。花粉症の一部の患者で、加熱処理をあまり必要としない豆乳などの大豆製品の摂取でみられます。PFASで重篤な症状をきたす詳細な機序はわかっていません。

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、大豆乳を初めて飲むときは少量から試してみて、無症状であれば徐々に増量するのが安全です。

日常生活の中で、「こんなことがアレルギーの原因にもなるの!？」と、思ってしまう内容もあります。今までアレルギーと診断されていなくても、食後の運動で誘発されるアレルギーもあります。

アレルギーらしい症状が出たときは、アレルギー専門医を受診して、きちんと対応していきたいですね。

また、ご自分のお子さんがアレルギーではなくても、アレルギーをもったお友だちがお家に遊びにくる場合も考えられます。

どの子にも食べものをあげる前にはアレルギーはないかを確認することはとても大切なことです。

食物アレルギー生活管理票は1年ごとに、再提出をいただいております。

3月・4月に提出いただいたご家庭には、再提出をお願いいたしますので、ご協力をお願いいたします。

用紙はおって担任より配布いたします。

毎月配布される献立表を参考にして、保育園と家庭の食事内容が重ならないよう配慮をお願いいたします。

