

食物アレルギーについて



あたたかい日が増えて、北海道らしい食べ物が出てくる時期になりましたね。7月といえばヤマメなどの川魚が釣れるようになる季節なのですが、実はとても北海道らしい食材なんです。寒い所でないと生きていけない魚なので、本州では一部地域の山奥に行かないと釣れない高級魚だったりします！イワナやヤマメの卵は「黄金のイクラ」と呼ばれていて、知る人ぞ知る珍味です。機会があって、ぎょうんアレルギーがなければぜひ食べてみてくださいね。さて、今回の給食だよりは、給食センター職員が「食物アレルギー・アナフィラキシー対応研修会」で学んだことをお知らせします。ご家庭で参考にしていただければ幸いです。



給食センターの食物アレルギー対応について

給食センターで食物アレルギー対応を行うには、お医者さんの作った学校生活管理指導表が必要になります。お医者さんは色々な検査をして皆さんの食物アレルギーについて調べるのですが、調べ方のひとつに「特異的IgE抗体検査」という血液検査があります。「卵が3、そばが1の食物アレルギーがある」といった具合に結果が出る検査です。病院で検査を受けた時に、今まで普通に食べていたものにも反応が出てビックリ、家庭でも給食でも今まで食べていたものを食べないようにした……なんてことがあったのではないのでしょうか。

「特異的IgE抗体検査」の結果だけで確実に症状がでるとは言い切れません。IgE抗体検査で反応があっても、今まで食べていて大丈夫だったものは食べ続けた方がよい場合もあるようです。急に食べなくなったせいで、食物アレルギーの種類が増え、反応が重症化してしまった事例の紹介もありました。食物アレルギー検査で病院に行く機会があれば、先生に今まで食べていたものを伝えて、食べられるかどうか相談してみてもいいかもしれません。お医者さんからの指示をもらって、安全に食べられるものが増えたら良いですね。



食物アレルギー原因物質の食べ方について

給食センターでは文部科学省の方針にしたがって、家庭で食べていない食物アレルギー原因物質の完全除去を行っています。

『鶏卵アレルギー発症予防に関する提言（※1）』によれば、少なくとも卵では発症しない量を見極めて食べ慣らしていく事で、卵アレルギーの発症を予防できます。

以前の食物アレルギー対応は原因になる物を食べない方法があたり前でした。ですが、「食物アレルギー診療ガイドライン 2016」では必要最低限の除去に考え方が変わってきたそうです。

とはいえ、食物アレルギーは命に関わる事もあります。自分の判断でなんでもかんでも食べるのは絶対にやめてください。『アレルギー専門の先生（※2）』に診てもらうことが出来れば、食べられるものが安全に増えるかもしれません。

特異的IgE抗体検査について

血液を採取・分析して、特定のアレルギーに反応するIgE抗体がどのくらいあるかを検査します。0～6の7段階で結果を表すのですが、「数字が高い＝食物アレルギーがある」ではなく「数字が高い＝症状が出る可能性が高い」ことを表しています。給食センターに学校生活管理表を提出してる人はこの検査を受けている人が多いはずです。

食物アレルギーを持っているか調べる方法は他にもあります。最も信頼性が高い方法は経口負荷試験で、次は実際に反応がでた事実と記録です。今まで食べても問題なかったのにIgE抗体検査では反応が出たのであれば、お医者さんに相談の上で経口負荷試験を受けてみてはどうでしょうか。十勝で経口負荷試験を行っている病院はそれほど多くないようですが、自分の食物アレルギーを詳しく調べてみるのも良いかもしれませんね。



※1（参考資料）

- ・日本小児食物アレルギー学会 「鶏卵食物アレルギー発症予防に関する提言」
- ・Du Tolt G 等による「LEAP study」に関する研究
- ・Natsume O 等による「PETIT study」に関する研究
- ・食物アレルギー診療ガイドライン 2016 ダイジェスト版

※2（専門医について）

今回の給食だよりは、KKR札幌医療センター 小児・食物アレルギーリウマチセンターの高橋豊先生の話を参考にしています。食物アレルギー専門の科がある病院であれば詳細なアドバイスを貰える可能性が高いです。