

# 食物アレルギーと「エピペン」

皆さん「エピペン」って知っていますか？実は、アレルギー用緊急筋肉注射薬が入っている注射器のことです。今日は年々増加している「食物アレルギー」の話をしたと思います。

食物アレルギーの有症率は、乳幼児期でおよそ5%内外、学童期には1～3%程度と推定されていますので、クラスや学年に1～2人いる可能性があります。平成24年12月に調布市で、牛乳アレルギーのある女生徒が、粉チーズ入りチヂミを間違っ​​て食べてしまい亡くなった、という痛ましい事案がありました。

アレルギー反応のもとになる原因食物は、多い順に、小学校就学前では①鶏卵 ②乳製品 ③小麦ですが、小中高校生では①甲殻類 ②鶏卵 ③ソバ、成人では①甲殻類 ②小麦 ③果物となります。

アレルギー性の強さは、一般に熱や圧力を加えると減弱するといわれており、例えば、生卵のアレルギー性に比べ、固ゆで卵はアレルギー性は1万～2万分の1に減るといわれています。また発酵食品としてたんぱく質が分解されている味噌やしょうゆは、大豆アレルギー児でもほぼ食べられることが多いようです。また血液検査で特異的免疫抗体(IgE)陽性といわれても、食べても症状が出ない場合もあります。年齢が進むと症状が軽快することも多く、代表的食物アレルゲンである卵・牛乳・小麦などでも、3歳から6歳ごろには4～7割くらいは食べても症状が出なくなることがあり、これを耐性獲得(食べられるようになる)といいます。

アレルギー反応は微量でも発症することがあり、例えば、横の人が落花生の殻をむいて食べていたら、横で発症してしまった「ピーナッツアレルギー」の例、うどん屋さんでうどんを食べたのに、同じかまでそばをゆでたので発症した「そばアレルギー」の例、横で魚を焼いていたならその煙で発症した「魚アレルギー」の例などもあります。



アレルギー反応で一番注意を要するのはアナフィラクシー反応によるショック状態です。

アナフィラクシーというのは、例えば、

- ① 呼吸器症状(連続する咳、のどが詰まる・締め付けられる、声がれ、ぜいぜいする、顔が紫色)
- ② 消化器症状(腹痛、嘔吐<おうと>、下痢)
- ③ 皮膚粘膜症状(のどのかゆみ・違和感、飲みこめない、唇やまぶたの腫れ、蕁麻疹<じんましん>、発赤)
- ④ 循環器症状(ぐったり、血圧低下、意脈が増える)
- ⑤ 神経症状(ぐったり、横になりたがる、意識の低下、失禁、痙攣<けいれん>)

などのうち2つ以上の部位の症状がある場合を言います。

症状は食後数分から30～40分前後で起こります。そのうち全身症状が重篤である場合、アナフィラクシーショックといいます。

対応としては、

- ① 患者さんを歩行させないで、あおむけに寝かせ、下肢を 20～40cmくらい高めにしましょう。
- ② 嘔吐があるときには上半身を横向きにしましょう。本人がアレルギー用「エピペン」を所持している場合は、ためらわずにただちに打ちましょう。

食物アレルギー児童は喘息を合併していることもありますが、エピペン内の薬は喘息発作の時にも使用される薬剤ですので、食事後の発作症状であることがはっきりしていれば、原因が喘息か食物アレルギーかと悩む必要はありません。

上記の①と②の症状が強い時にはすぐに大腿部に注射して、使用後の注射器を持って、救急車で病院へ搬送しましょう。時間の勝負です。最重症になってからでは効きが悪いといわれています。

エピペンは、法律上、学校の先生や救命救急士などでも使えるようになりました。エピペン使用例 449 例の報告では、82%以上で有効であり、問題となる有害事象もわずか1～3%程度で全例自然に回復しています。

またエピペンは小児だけでなく、ハチアレルギー対策、薬剤アレルギー対策など、成人でも使用できます。薬剤が入っていない訓練用の模型(トレーナー)もありますので、使用対象となる方は日頃から打つ練習をしてください。



最後に食物依存性運動誘発アナフィラクシーの話します。

ある食物を食べただけでは症状はでない人が、さらに食後2～4時間程度たってから運動するとアナフィラクシー症状を起こすことがあります。時間がたっていますから、本人も周囲も食物アレルギーが原因と気づかないことがあります。原因食物は小麦、エビ・カニ、ナッツ類などで多いといわれていますが、野菜・果物などの例もありますので、食後運動した時には配慮が必要です。



エピペン

【副院長 竹内 東光】

