

## 食物アレルギー；

食品の摂取後に口腔内のかゆみ、喘息発作（呼吸困難）、じんましんなどを起こす状態です。卵、牛乳、大豆が代表ですが小麦、米を含めて五大食物アレルギー（アレルギーの原因）といわれています。

その他に甲殻類（エビ、かに）、魚介類でもみられますが、成長過程で下記（左欄）の花粉の感作を受けると、右の食品群に対してアレルギー反応を示すようになります。

感作源（花粉）	食 品 群
ブナ目・カバノキ科・シラカンバ属の白樺	<b>バラ科の果物</b> ；リンゴ、モモ、サクランボ、洋ナシ、ナシ、スモモ、アンズ、イチゴ、ウメ、ビワ <b>ナッツ類</b> ；ヘーゼルナッツ、ピーナッツ、ブラジルナッツ、ココナッツ、アーモンド、クルミ <b>野菜</b> ；ニンジン、セロリ、馬鈴薯、キウイ、ファンネル
スギ・ヒノキ科のスギ・ヒノキ	トマト
イネ科のカモガヤ・マグサ・オオアワガエリ	トマト、メロン、スイカ、馬鈴薯、オレンジ、セロリ、バナナ、ラテックス**
キク科・ブタクサ属のブタクサ	メロン、スイカ、カンタローブ、ズッキーニ、キュウリ、バナナ
キク科・ヨモギ属のヨモギ	ニンジン、セロリ、リンゴ、ピーナッツ、キウイ

\*\*ラテックスに反応する方は、バナナ、栗、アボガド、メロン、キウイ、トマト、パイナップル、ソバ、モモ、グレープフルーツに対しても反応することがあります。

上記の食品に1回でも反応した経験があったら、次回は同じ欄の食品群の摂取をひかえる必要があります。

**奈須内科**

☎(055) 2 6 3 - 6 6 7 7

日本内科学会認定内科医、医学博士：奈須 一