

## はじめに

この度、消費者庁からの委託業務として「食物アレルギーひやりはっと事例集 2014」を発刊することになりました。

第1版は平成19年（2007年）に開催された第44回日本小児アレルギー学会（会長；宇理須厚雄）の記念誌として出版されました。その後、2012年、2013年と1年ごとに改訂しており、今年度も改訂版を出すことになりました。

最近、食物アレルギー関連の死亡事故が続いています。調布市立富士見台小学校のチーズ入りジャガイモのチヂミによるアナフィラキシーショック死と、横浜市の児童相談所での鶏卵含有ちくわによる死亡例です。あまりにも悲しく心を痛める事例であります。園・学校、託児所、児童相談所、キャンプ、レストラン・ホテル、航空機、病院など食事を提供する施設では食物アレルギー患者に対して責任ある対応が求められるといえます。最も食物アレルギー事故が起きているのは家庭です。食物アレルギーの子どもをお持ちの家庭は対応法を知り、実践することは必須です。

幸い日本では食物アレルギーによる死亡数は1年あたり1桁であるとされています。しかし、死亡に至らない誤食事故は、いろいろな場面で多数起きています。例えば、日本保育園保健協議会からの平成21年の報告によれば、食物アレルギーの誤食は953保育所の29%で発生しています。これらの中にはアナフィラキシー事例も含まれると推察されます。

私たちが作成した「食物アレルギーひやりはっと事例集 2012」（アレルギー支援ネットワークホームページからダウンロード可能）にも、アナフィラキシー事例報告は約10%ありました。

これはあくまで報告事例なので、頻度を示す疫学調査ではありませんが、稀に致死的なことが起きうるアナフィラキシー事故が発生していることは確実です。

これらの食物アレルギー事故にも、ハインリッヒが労働災害で見出した「1件の重要災害の陰には29件の軽症事故があり、そのまた陰には300件の無傷災害が起きている」という1:29:300の法則があてはまると推測されます。人間はもともとミスをしやすい動物であり、ヒューマンエラーは避けられません。



園・学校、レストランなど食事を提供する施設は、食物アレルギーによる誤食予防と緊急時の対応のために、各施設に適した具体的なマニュアルを作成し、全職員に対してその広報（研修）とエピペン®注射実習など実地訓練（シミュレーション）が重要といえます。

今回、1年しかたっていませんが、改訂を考えたのは、日常的に、食物アレルギー事例を集め、解析し、家庭、園・学校など場面ごとの食物アレルギー対応のまとめをブラッシュアップする必要性を感じたからであります。

本書が食物アレルギー誤食事故の減少ならびに死亡事故の防止に役立ち、食物アレルギー患者さんの安全確保に貢献できることを期待しています。

今回の改訂した点は、エピペン®注射事例や給食の献立事例などを追加し、食物アレルギー対応のまとめを再度見直したことです。

最後に、事例収集のために協力して頂いたNPO法人アレルギー支援ネットワークの関係各位、ならびに、アンケートに回答して頂きました方々に心から深謝申し上げます。

平成26年6月1日

藤田保健衛生大学医学部 客員教授

宇理須 厚雄

# 目次

## 共通

1, 症状誘発するアレルゲン量に関する基礎知識	12
アレルギーを誘発する量には個人差があります	12
事例1 これくらいは大丈夫よ、きっと... (鶏卵・牛乳)	
ごくわずかな量で症状を起こす患者さんもいます	12
事例2 コップに残っていたミルクで大変なことが... (牛乳)	
事例3 卵抜きで調理していたのに... (鶏卵)	
事例4 卵の調理した鍋を洗わなかったための混入 (鶏卵)	
事例5 ジュースのノズルから牛乳が混入 (牛乳)	
事例6 触っただけなら大丈夫と思ったのに... (牛乳)	
事例7 スプーンが一緒だっただけに... (魚)	
事例8 同じ袋に入っていただけに... (ピーナッツ)	
事例9 入院中、風船で遊んだら... (鶏卵)	
体調によって誘発量が若干変わることもあります	15
事例10 いつも食べているので大丈夫と思って... (ジャガイモ)	
2, アレルゲン含有量とアレルギーの起きる原因	15
同種類の加工食品でもアレルゲン含有量には差があります	15
事例11 このパンは大丈夫と思ったら... (鶏卵)	
事例12 原材料が同じで似ている食品だからと... (小麦)	
事例13 紙袋に残っていた大豆の粉で喘息発作が... (大豆)	
食物アレルゲンは接触や吸入でも起きます	16
事例14 小麦ねんどは、小麦なんだよ! (小麦)	
事例15 触った手で眼をこすってしまい... (鶏卵)	
事例16 肌着の素材にアレルゲンが... (牛乳)	
事例17 卵のついたトングを触って... (鶏卵)	
3, アレルギー検査	18
血液検査で陽性と判断されたすべての食品を除去する必要はありません	18
事例18 血液検査の結果で、除去、除去といわれ続けて、体重が... (牛乳、鶏卵、小麦)	
血液検査 (IgE) の値の低い食品の安全性が高いとは限りません	18
事例19 うどんならいいかなと思い、試してみたら... (小麦)	
4, 学童期以降に発症することが多い食物アレルギーの特殊型	19
花粉症を合併する患者にみられることが多い果物や野菜の口腔アレルギー症候群	19

事例 20 いつも食べていたフルーツなのに… (トマト)

事例 21 味噌、醤油、豆腐は食べていたのに… (大豆)

**運動で悪化するまたは運動後に誘発される食物アレルギー** …… 19

事例 22 これまで小麦は大丈夫だったのに、どうして… (小麦)

**5, 急性症状への対応** …… 20

エピペン®注射に関する事例 …… 20

事例 23 エピペン®注射、子どもの反応は「打たないで」… (牛乳)

事例 24 エピペン®注射のタイミング、消防署の救急救命士に相談しました… (小麦)

事例 25 主治医の救急外来へ相談、医師の指導で母が注射… (鶏卵)

事例 26 アナフィラキシーショックになってしまい、養護教諭がエピペン®を注射… (牛乳)

事例 27 予期せぬ食品でアナフィラキシー、養護教諭が適切な判断でエピペン®を注射 (カシューナッツ)

事例 28 給食で小麦入り料理を食べて縄跳びをしたらアナフィラキシー、本人がエピペン® (小麦)

**6, 除去食と誤食予防** …… 22

事例 29 病院の医師に少しずつ解除しましょうといわれ、ヤクルトを飲ませたところ… (牛乳)

**母乳を介する食物アレルギーの治療で気をつけることは** …… 23

事例 30 母乳栄養はアレルギーを起こさないって聞いていたのに… (鶏卵)

**牛乳アレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください** …… 23

事例 31 粉ミルクを自宅で飲ませたら… (牛乳)

**治る年齢には個人差があります** …… 24

事例 32 「1歳半頃になると食べられるようになる。」と言われて… (牛乳)

**7, 経口免疫療法** …… 24

**食べて治す治療を自分の判断だけで行うことは危険です** …… 24

事例 33 食べて治す本を読んで… (鶏卵)

事例 34 食べて治す治療を自宅で進めていたら… (鶏卵)

事例 35 自宅でちょっと食べてみるのは、ちょっと… (鶏卵)

事例 36 ちょっとずつ食べるのにも慎重に! (牛乳)

**経口免疫療法にひそむひやりはっと** …… 26

事例 37 経口免疫療法中に加工食品を食べて蕁麻疹が出現 (牛乳)

事例 38 食べた後のプロレスごっこで大変なことに… (小麦)

事例 39 毎日食べていないと耐性が… (鶏卵)

事例 40 外出する時には、緊急時薬を忘れずに (牛乳)

8, 誤食を防ぐための教育（自己管理能力を身につける）	27
年齢が大きくなったら自己管理能力を身につけさせましょう	27
事例 41 「食べられない」ということを言えなかったために…（鶏卵）	
9, 調理法とアレルギー性	28
事例 42 たこ焼きを食べたら、卵の加熱が…（鶏卵）	
10, 医薬品、医薬部外品、化粧品	28
石鹼によっておこる食物アレルギーがあります	28
事例 43 お風呂の石鹼で…（牛乳）	
事例 44 肌にやさしい石鹼と思って使用していたら…（小麦）	
牛乳や卵アレルギーでは避けた方がよい薬があります	30
事例 45 病院でもらった下痢止め（タンナルビン <sup>®</sup> ）だから安心と思ったのに…（牛乳）	
事例 46 お医者さんから処方された整腸剤で…（牛乳）	
事例 47 アレルギーの治療薬のつもりが、ソル・メドロール <sup>®</sup> 40mg の注射で…（牛乳）	
事例 48 鼻に軟膏治療ぬったら、全身が真っ赤に…（鶏卵）	
インフルエンザワクチン接種前に卵を食べさせて確認する必要はありません	31
事例 49 インフルエンザワクチンを受けたくて自宅で卵をちょっと試してみたら…（鶏卵）	
11, 皮膚への接触で発症	31
事例 50 衣服に付着した小麦粉で…（小麦）	
12, 吸入で発症	32
事例 51 お菓子の食べカスが舞って…（小麦、牛乳）	
13, アレルゲンの食品表示	32
必ず毎回表示を確認しましょう	32
事例 52 ついすっかり原材料表示を見逃して…（鶏卵）	
事例 53 個包装の確認不足で…（鶏卵）	
事例 54 本人が大丈夫と言っても…（鶏卵）	
事例 55 友人から頂いたお菓子で…（小麦）	
事例 56 海外のお土産で…（クルミ）	
事例 57 味付き肉には気をつけて！ 牛タンにカゼインが使用（牛乳）	
事例 58 見た目がいっしょでも気をつける（鶏卵）	
事例 59 いつものちくわで…（鶏卵）	
事例 60 クッキーのアイシングで…（鶏卵）	

できれば複数の人が表示を確認しましょう	35
事例 61 保育園でアレルギーなしのおやつと言われて食べたところ… (牛乳)	
事例 62 いつも食べている桃を缶詰で食べたら… (牛乳)	
<b>食べ慣れた加工品でもリニューアルの可能性を知っておきましょう</b>	36
事例 63 同じお菓子が大丈夫だったのに… (鶏卵)	
<b>製造ラインまで確認しましょう</b>	37
事例 64 表示に娘のアレルギーとなる物はなかったのに… (牛乳)	
<b>レストランや店頭販売に表示義務はありません</b>	37
事例 65 旅行先に名物のアイスクリーム屋さんがあつて… (鶏卵)	
事例 66 パン屋さんのパンは安全と思ったのに… (牛乳)	
<b>総菜やばら売り、試食品に表示義務はありません</b>	39
事例 67 スーパーマーケット試食コーナーにて (鶏卵、牛乳)	
事例 68 表面に卵を塗った「卵不使用」調理パンって… (鶏卵)	
事例 69 手作り食品には表示義務がないので… (くるみ)	
<b>紛らわしい表示でもお子さんのアレルギーと関連のあるものは覚えるようにしましょう</b>	40
事例 70 米粉パンのグルテン。少しなら大丈夫と思ったが… (小麦)	
事例 71 グルテン入りの「100%米粉パン」って… (小麦)	
事例 72 牛肉は、加工されている場合があります (牛乳)	
<b>自宅 (祖父母宅)</b>	
<b>1, 食品購入時</b>	41
<b>よく行き来する祖父母宅の問題点</b>	41
事例 73 同じメーカーのジュースで… (牛乳)	
<b>2, 情報共有の不足</b>	41
<b>見た目がそっくりな代替食に潜む問題点</b>	41
事例 74 あまり上手に代替食を作りすぎたばかりに… (牛乳)	
事例 75 まさかお代わりの時に間違ふなんて… (牛乳、小麦)	
<b>留守中に面倒を見てくれる人には十分な情報を伝えましょう</b>	42
事例 76 母親の留守中におじいちゃんが… (鶏卵、牛乳)	
事例 77 アレルギーと知っていたが、ほしがる孫に少しくらいと… (小麦)	

<b>3, 食品の整理整頓</b> .....	43
アレルゲン食品や家族・兄弟などの食べ残しなど、そのままにしておくは大変です .....	43
事例 78 まさか触るとは… (牛乳)	
事例 79 お兄ちゃんのラムネを自分のと同じお菓子だと思って… (牛乳)	
事例 80 お兄ちゃんがもらったチョコレートを知らない間に… (ピーナッツ)	
事例 81 食べ残しには注意を！ (牛乳)	
事例 82 食卓に残されたスプーンにカフェオーレが… (牛乳)	
事例 83 身近にアレルゲンは置かないこと！ (牛乳)	
事例 84 お兄ちゃんの食べこぼしに卵が… (鶏卵)	
事例 85 まさか生ゴミのふたを開けるなんて、ゴミ箱の中のタマゴの殻が… (鶏卵)	
<b>4, 食事時の配慮の不足</b> .....	46
事例 86 お兄ちゃんの食事に手をのばして… (イクラ)	
<b>5, 極微量でも症状が出る子もいます</b> .....	46
事例 87 ヨーグルトを食べたお姉ちゃんのクシャミが顔に飛んで… (牛乳)	
事例 88 兄弟が食事中に食べながら熱っぽく話していたら… (魚)	
事例 89 クッキーを食べたお兄ちゃんがそばにいたら妹に異変が起きました (小麦、そば)	
事例 90 家族が手をよく洗わずに子供を抱いたらアレルギーが出ました (牛乳)	
事例 91 触っただけでも、症状が出ます！ (鶏卵)	
<b>6, 食物アレルギーが関与する乳児アトピー性皮膚炎があります</b> .....	48
初めて与える食品でも注意が必要です .....	48
事例 92 はじめて与えたミルクで… (牛乳)	
<b>友人宅 (友人との食事会)</b> .....	49
事例 93 友達の親子パーティーに参加したら、子供がおやつに手を出して… (鶏卵、牛乳、小麦)	
事例 94 お友達の家で提供された食事だったので、断れず、少しぐらいなら大丈夫と思い… (牛乳)	
<b>園・学校・施設</b>	
<b>1, 食物アレルギーに関する知識の不足による事例</b> .....	50
食物アレルギーのことを知らないスタッフが起こした事例 .....	50
事例 95 園でおやつのおかわりを間違えて配膳 (鶏卵)	
事例 96 カルピスは牛乳からつくるの？ (牛乳)	
事例 97 えっ！それが原因だったの？ (牛乳)	
<b>2, 情報共有不足による事例</b> .....	51
スタッフ間での情報共有が不十分であった事例 .....	51
事例 98 間違って渡されたアメとパンケーキ、先生どうして？ (鶏卵、牛乳、小麦)	
事例 99 延長保育の時間におやつを食べて (鶏卵)	

スタッフと家族の情報共有の不足による事例	52
事例 100 託児所は、万全のアレルギー対応と思っていたら… (鶏卵、牛乳、ソバ、ピーナッツ)	
事例 101 先生が「残さないように」と言ったため… (キウイフルーツ)	
<b>給食センターと施設間の情報交換が不足すると</b>	<b>52</b>
事例 102 給食で使っている業務用豆板醤のメーカーが変更になって (ピーナッツ)	
<b>3, 食事 (給食・おやつ) 献立や食事中におきた事例</b>	<b>53</b>
<b>献立の確認は複数の人で行ったほうがよい</b>	<b>53</b>
事例 103 お母さんが「オムレツ」を見落としちゃった! (鶏卵)	
事例 104 給食で出されたキムチでじんま疹が… (ゴマ)	
事例 105 食材がよくわからない料理だったのだけど… (ゴマ)	
<b>給食の献立に関する事故; メニュー誤りや事前チェック誤り</b>	<b>54</b>
事例 106 栄養教諭が原因アレルゲンを含むメニュー(料理)にマークするのを忘れたために (牛乳)	
<b>食事中の観察</b>	<b>55</b>
事例 107 友達からおやつをもらってしまって… (牛乳)	
事例 108 目印のラップがはがされていたので… (牛乳)	
事例 109 園でおかわりのシチューを食べて… (牛乳)	
<b>献立表作成のポイント</b>	<b>56</b>
事例 110 献立表の付せんがはずれていたために… (牛乳)	
<b>4, 給食以外の学習活動の事例</b>	<b>56</b>
<b>給食やおやつの時間以外でも食物アレルギーが起こります</b>	
事例 111 しゃっくりが止まらなかったので友達が麦茶をくれました、そしたら… (大麦)	
事例 112 お泊まり保育でのアレルギー代替食で (牛乳)	
事例 113 家庭科の調理実習で (鶏卵、牛乳、小麦、バナナ、ココア)	
<b>外食 (ホテル・レストラン)</b>	
<b>1, 利用する側の事前の確認不足</b>	<b>58</b>
<b>注文する前にアレルゲンが入っているか確認しましょう</b>	<b>58</b>
事例 114 レストランの外食で、鴨の肉だからよいと思ったら… (鶏卵、牛乳)	
事例 115 こじやれたお寿司屋さんで (鶏卵)	
事例 116 旅行先の豆腐とは? (ピーナッツ)	
事例 117 そばを扱っているうどん屋さんで、うどんを注文したけれど (そば)	
事例 118 チェーン店って共通メニューではないの? (鶏卵)	

2, 食事を提供する側（ホテル・レストラン）の問題	60
スタッフの食物アレルギーに関する知識不足	60
事例 119 フライドポテトに小麦粉が…（小麦）	
事例 120 レストランで、頼んだものは…（牛乳）	
事例 121 牛乳アレルギー用ミルクのはずなのに…（牛乳）	
事例 122 卵を切った包丁で、フルーツをカットした？（鶏卵）	

スタッフ間での情報共有不足	62
事例 123 アレルギー対応食のレストランで何度も確認したのに…（鶏卵、牛乳）	
事例 124 ウインナーにチーズが…（牛乳）	

アレルギー吸入による症状	63
事例 125 そば粉が空中を舞っていた！（ソバ）	

## 家庭以外（学習塾、祭り、キャンプ）

食事と無関係と思われるところでも誤食事故が起こりえます	64
-----------------------------	----

1, 学習塾	64
--------	----

事例 126 学習塾でご褒美にもらったアメにアレルギー…（牛乳）	
事例 127 塾でもらったクッキーに赤い豆、ピーナッツ？（ピーナッツ）	

2, お祭りなど	65
----------	----

事例 128 五平もちに卵いり？（鶏卵）	
事例 129 床屋でもらったアメにまさか…（牛乳）	

3, キャンプ	65
---------	----

事例 130 カンテンなら食べられたのに…（ゼラチン）	
事例 131 フレンチトーストは卵いり？（鶏卵）	
事例 132 ハイキング後のシャーベットに乳清タンパク質…（牛乳）	

## 旅行

1, 機内食について	66
------------	----

事例 133 国際線機内食で、事前に卵アレルギー対策をしてくれると聞いたのに…（鶏卵、牛乳）	
事例 134 ベジタリアンならよいと思ったら…（牛乳）	

## 震災時

災害時には類似した様々な問題が起きました。こうした事例の中から代表的な症例を選び、他の症例との類似点をアレンジして事例として掲載させて頂きました。

1, 食品の入手が困難になります。	67
-------------------	----

事例 135 震災でせんべいをやっとな手に入れることができました（卵、牛乳、ゴマ、小麦）	
--	--



- 2, 誤食しやすくなり、合併するアレルギー疾患も悪化します。
- 3, いつもの薬が不足します。 ..... 67  
 集団での共同生活を強いられ、除去食が作れない状況になります
- 4, 合併するアトピー性皮膚炎、喘息が悪化します ..... 67  
 事例 136 共同生活で湿疹が悪化、いつもの医療機関にかかれないので、手持ちの薬（内服薬・軟膏）が  
 なくなりました（鶏卵、牛乳）
- 5, お子さんの情報が周りの人に十分伝わりません ..... 68  
 事例 137 避難所生活で支給された食事の中から食べられそうなものを与えた（鶏肉、小麦）

<b>各場面に共通する基礎知識</b> .....	69
1, 食物アレルギーの定義	
2, 学校での食物アレルギー・アナフィラキシーの頻度	
3, 保育所における食物アレルギー有病率	
4, 食物アレルギーひやりはつと事例集でみる事例発生場所	
5, 症状を誘発するアレルギー量	
6, 加工食品中のアレルギー含有量	
7, アレルギー検査	
8, 学童期以降になってから発症する食物アレルギーの特殊型	
9, 治療	
10, 誤食を防ぐための教育	
<b>経口免疫療法における注意点</b> .....	72
1, 経口免疫療法とは	
2, 治療中に症状が出ることがある	
3, 免疫療法で症状が出た時の対処	
4, 免疫療法のメリット	
<b>加工食品のアレルゲン表示</b> .....	73
1, アレルゲン食品表示の範囲	
2, アレルゲン食品表示をみる際の注意点	
<b>医薬品や医薬部外品、化粧品</b> .....	75
<b>自宅（祖父母宅を含む）</b> .....	76
1, 食品購入時	
2, 情報共有	
3, 食事の準備	
4, 食事時の注意点	
5, 食後の整理整頓	
6, 極微量でも症状が誘発される症例での注意点	
7, 自宅外での誤食を回避するために年齢に応じた教育を行う	
<b>友人宅（友人との食事会や親子パーティー）</b> .....	77
<b>園・学校・託児所</b> .....	77
1, 個々の園・学校に適した「食物アレルギー対応マニュアル」を作成する。	
2, スタッフへの食物アレルギー研修	
3, アレルギー情報の共有	
4, 給食	

- 5, 食事以外の学習活動
- 6, アナフィラキシーなどアレルギー症状出現時の対応
- 7, エピペン<sup>®</sup>
- 8, 心理的、社会的配慮
- 9, 食物アレルギー教育（食育）
- 10, 職員の安全管理体制の確立

**外食（ホテル・レストラン）** ..... 87

- 1, 患者側の対策
- 2, 食物アレルギー対応と銘打つレストラン側の対策

**キャンプ** ..... 88

- 1, 出発前の準備
- 2, 施設との打ち合わせと事前調査
- 3, キャンプ出発時
- 4, キャンプ中

**海外旅行** ..... 90

**災害対策** ..... 92

# 食物アレルギー事例

## 共通

### 1, 症状誘発するアレルゲン量に関する基礎知識

アレルギーを誘発するアレルゲンの量には個人差があります

#### 事例 1 これくらいは大丈夫よ、きっと… (鶏卵・牛乳)

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : カステラ

症状 : 全身じんま疹

経過 : それまでに3回、卵の二次製品を食べて症状が出たことがあったため、園には食物アレルギーの話はしてありました。しかし、幼稚園のおやつ時間に先生が「これくらいは大丈夫よ」とカステラを少量食べさせたとのことでした。5分くらいで、全身じんま疹がみられ、抗ヒスタミン薬の内服をしてから病院を受診しました。

解説 : 誘発する摂取量は、個人個人によって全く異なります。

対策 : 自己判断で安全に摂取できる量を決めることは避けましょう。医師に相談して下さい。

ごくわずかな量で症状を起こすこともあります

#### 事例 2 コップに残っていたミルクで大変なことが… (牛乳)

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : 牛乳

症状 : じんま疹

経過 : 園のおやつ時に、他の子供が牛乳を入れて飲んだコップを洗ってから、うちの子のためにお茶を入れてくれたのですが、飲んだ後にじんま疹が出ました。手持ちの抗ヒスタミン薬の内服で落ちつきしました。

解説 : コップに牛乳が残っていたためだと思います。園の先生が極少量のミルクでもトラブルが起きることを十分認識しておらず、洗浄が不十分であったためと考えられます。

対策 : 間違っても飲まないようにするために、食物アレルギー児には専用の食器を使うこと。

#### 事例 3 卵抜きで調理していたのに… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : てんぷらの衣についた卵

症状 : アナフィラキシー

経過 : いつも除去食を出してくれるホテルで、てんぷらを食べた時にじんま疹、腹痛、冷汗が出てぐったりしました。すぐ手持ちのステロイド薬を飲ませ、病院を受診した時には症状は落ち着いていました。その後、ホテルに確認したところてんぷらの衣に卵が混ざったおそれがあることを知りました。

解説 : 卵抜きで料理はされていたのですが、うっかり他の料理で使った調理箸を使ったため、てんぷらの衣に微量の卵が混入したものと考えられます。

対策 : このようにごくわずかな量でもアレルギーを起こす患者さんがいます。ごく微量のアレルゲンで症状を惹起するかどうか知っておくことは役に立ちます。特に微量でアナフィラキシーのような重篤な症状を起こしたことがある患者さんは注意が必要です。

#### 事例 4 卵の調理した鍋を洗わなかったための混入 (鶏卵)

年齢・性別 : 2歳 女児

原因 : 調理器具に残っていた卵

症状 : アナフィラキシー

経過 : 旅行先で、皆と別料理を頼んであったにもかかわらず、食事中にショック症状を起こしました。直ちに救急車で病院へ行き治療を受けました。あとで、確認したところ、卵料理をした鍋を十分洗わずに使用していたことがわかりました。

解説 : 卵を使用した調理器具に残った極少量の卵でも重篤なアレルギー症状を起こす症例もあります。

対策 : 同上

#### 事例 5 ジュースのノズルから牛乳が混入 (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : ジュースに混入した微量のミルク

症状 : じんま疹

経過 : 注入口が共通タイプの自動販売機で、ジュースを買って飲んでいたら、口の周囲からじんま疹が出てきました。慌てて緊急時用の抗ヒスタミン薬を飲ませました。

解説 : ノズルが共通タイプの自動販売機では、前に購入されたコーヒーのミルクがノズルに残っている場合があります。この例では、ノズルに残った微量のミルクがジュースに混じってしまったことで症状が出たと思われます。

対策 : 患者 ; ノズルが共通タイプの自販機は使わない。企業 ; 自動販売機に「乳成分が混入するおそれがあります」という表示をする。

#### 事例 6 触っただけなら大丈夫と思ったのに… (乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : チーズの包装

症状 : じんま疹、咳、喘鳴、ぐったり

経過 : 祖父は孫にチーズのアレルギーがあることは知っていました。自分が食べようとしたチーズの包装を孫がむきたがったので、触るだけなら大丈夫と思いむかせたところ、その触った手を口にもって行ってしまいました。

解説 : 食物アレルギーにも程度の差があり、重症な場合は触った手を舐めるだけで症状が出る場合があります。  
対策 : アレルゲンとなるものを子供に持たせない。

#### 事例 7 スプーンが一緒だっただけなのに… (魚)

年齢・性別 : 7歳 男児  
原因 : 魚を煮たときに使ったスプーン  
症状 : 発赤、かゆみ、じんま疹、下痢、目の充血  
経過 : 家族の煮魚のおつゆをすくったスプーンを、軽く水洗いして魚アレルギーの子供に使わせたら、食事を食べた数分後から目のかゆみとじんま疹、その後下痢の症状が出ました。

解説 : 原因食材に触れた食器や調理器具でも、洗いが不十分で残っていると、アレルギー症状を起こすことがあります。  
対策 : 最初から専用の調理器具や食器を用意しておきましょう。また、できるだけアレルギーの強い子供にあわせた献立を考え、家族みんなで同じものを食べるようにするのがよいでしょう。

#### 事例 8 同じ袋に入っていただけなのに… (ピーナッツ)

年齢・性別 : 4歳 女児  
症状 : 喘鳴、軽度チアノーゼ  
経過 : 柿の種とピーナッツが一緒に入った袋から柿の種だけ食べたところ、突如、喘息のような症状(ゼーゼー・ヒューヒュー)と軽いチアノーゼが出てしまいました。

解説 : たとえピーナッツそのものを食べていなくても、粉末状で微量についているだけの量で、症状が誘発される可能性があります。特にナッツ類はローストされるとアレルゲン性が増すため注意が必要です。

#### 事例 9 入院中、風船で遊んだら… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 男児  
原因 : 卵豆腐  
症状 : じんま疹、喘鳴、腹痛、嘔吐  
経過 : 卵アレルギー児が肺炎の治療で入院をしていました。二人部屋で仲良しになった同室の児が朝食に出た卵豆腐を食べた後に風船で遊んでおり、その風船を貸してもらい同じように口にくわえて膨らませて遊んでいたところ、1時間ぐらいすると、顔面から全身にじんま疹が広がり、腹痛とともに嘔吐し、喘鳴が認められるようになりました。入院中だったので、すぐ医師の診察を受けて抗ヒスタミン薬が投与され、気管支拡張薬の吸入をおこない症状は改善しました。

解説 : 口の周りに残っていた卵豆腐が風船を介して、アレルギー児の口に入ったことで、誤食が起きたと考えられます。食物アレルギーのない同室の児まで、アレルギー制限食とするわけにはいきません。入院中であっても、個室でなければ、集団生活をおくっているため、アレルギー児が口にするものには、食物以外にも注意しなければならないことが、この事例でわかります。

対策 : 風船の貸し借りだけでなく、コップやスプーン、ジュースのまわしのみでも同様のことが起こります。感染症対策面からも、入院時のオリエンテーションで『おもちゃの貸し借りはしないようにお願いします。』と説明があると防ぐことができたかもしれません。

その子の体調によって誘発量が変わることがあります

#### 事例 10 いつも食べているので大丈夫と思って… (ジャガイモ)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : ポテトチップス

症状 : 顔面の発赤と浮腫

経過 : その日は体調が悪くあまり食欲がありませんでした。じゃがいもアレルギーはあったが、ポテトチップス 5 枚程度は食べて症状がなかったため、今回も 5 枚与えたところ、食べて 15 分後に顔面の発赤と浮腫が出現しました。

解説 : 前回食べられたポテトチップス 5 枚でアレルギー症状がでてしまいました。アレルギーを誘発する摂取量は患者の体調で変わることがあります。

対策 : この例のように体調が悪いとアレルギーが起きやすくなる場合があります。下痢、運動、入浴、鎮痛解熱剤、生理などが食物アレルギーを誘発しやすくなる要因です。

## 2. アレルゲン含有量やアレルギーの起きる原因

同種類の加工食品でもアレルゲン含有量には差があります

#### 事例 11 このパンは大丈夫と思ったら… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : メロンパン

症状 : 口唇の腫れとじんま疹

経過 : 母親は「菓子パンくらいの鶏卵は大丈夫」と園に伝えていましたが、園のおやつにでたメロンパンで、口唇の腫れとじんま疹がでてきました。

解説 : 母親は（少量の卵が使用してある）菓子パンは大丈夫だというつもりでいた。しかし提供されたメロンパンは、菓子パンであることには違いないが、通常の菓子パンに比し卵が増量していることが問題だった。卵の含有量が多かったため症状が出た。

対策 : 菓子パンでも商品によって卵アレルゲン含有量に差があります。特にメロンパンにはクッキー生地にも卵が多く含まれるので注意が必要です。

### 事例 12 原材料が同じで似ている食品だからと… (小麦)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : そうめん

症状 : 顔面の発赤、咳

経過 : うどんを6本までは食べられるので、そうめんをあげてみることにしました。そうめんは細いので少し多めにあげてみたところ、食べてから20分ほどして顔面が赤くなり、咳込んでしまいました。40分ほどして症状は消失しました。後になって、そうめんは小麦タンパクの量が多いと知り、注意して与えなくてはならなかったと反省しました。

解説 : 同じ原材料で作られていて、見た目が似たものでも、含まれるアレルギーの量は異なります。

対策 : 原因食物が少量しか食べられない場合、原因食物が含まれる類似の食品を安易に試食することは避けましょう。

### 事例 13 紙袋に残っていた大豆の粉で喘息発作が… (大豆)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : 紙袋に残っていた大豆の粉

症状 : 喘息発作

経過 : 幼稚園で、大きな紙袋を使い、紙の服を作って着るといった工作のときに喘息が起きました。

解説 : この紙袋は、大豆を入れるのに使っていたことが後でわかり、大豆の粉じんを吸い込んだ為に喘息発作が起きたことがわかりました。

対策 : 使用済み紙袋の以前の使用内容を確認する。これ以外にも米、そば粉、小麦粉などを扱った後の物品は使用しない。

### 事例 14 小麦ねんどは、小麦なんだよ！ (小麦)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 小麦粘土

症状 : じんま疹、結膜充血、眼瞼浮腫

経過 : 小麦アレルギーがあることは事前に園に伝えてあったのですが、小麦粘土の工作をしました。5分後に触った手からじんま疹が出現し、またその手で目をこすったため、結膜充血、眼瞼浮腫が起きました。抗ヒスタミン薬を飲ませ、手と目を洗い、ようやく落ち着きました。

解説 : 食物アレルギーでは、多くの患者で接触によるアレルギーを起こします。食べなければ大丈夫と思っていたため、このようなことが起きました。

対策 : 食物アレルギーは食べるだけでなく、皮膚や粘膜への接触でもアレルギー反応を起こします。特に目は出やすいので注意する (図1)。



### 事例 15 触った手で眼をこすってしまい… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : ゆで卵の殻についていたと思われる卵

症状 : 眼球結膜の腫れ

経過 : 保育園の行事で、ゆで卵にシールを貼った。自宅に帰ってきてから、卵に穴が開いていたために、そこに指を入れてしまい、その指で目をこすったら眼球結膜がだんだん腫れてきました。

解説 : ゆで卵に触れた手で白眼をこすってアレルギー症状が出た。

対策 : 皮膚に触れても大丈夫でも、眼の中などの粘膜に触れるとアレルギー症状が出る場合があり、アレルギーが手に触れた場合はしっかり手を洗う必要がある。卵アレルギー児のいる園では卵の殻を利用した工作は避ける。

### 事例 16 肌着の素材にアレルギーが… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : カゼイン繊維を含む肌着

症状 : 肌着の触れた部分にじんま疹

経過 : 生後3ヵ月頃から湿疹がひどくなりアトピー性皮膚炎と診断を受けました。完全母乳栄養でミルクを与えたことはなかったのですが、1歳の時に行ったアレルギー検査では牛乳、カゼインともに反応が出ていました。これまでは問題なく着ることができた肌着を着せたところ、肌着が接触していた部分にじんま疹が出てしまいました。繊維の素材を見てみるとカゼイン繊維と記載してありました。

解説 : カゼイン繊維の成分が皮膚を刺激して症状が出た可能性があると考えられます。

対策 : 牛乳アレルギーの患者は使用を避ける。

### 事例 17 卵のついたトングを触って… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因食品 : レストランでの食事

症状 : 目の周りの発赤

経過 : レストランでの食事の時、ビュッフェ形式であり、自由にとることができるシステムになっていました。トングなどを子供が触り、その手で目の周りを触ったことで症状がでました。洗顔をして、しばらくしたら症状が改善しました。

解説 : トングに卵がついていた。

対策 : アレルギーがついている可能性がある食器などをさわった後は、速やかに手を洗う習慣をつける。

### 3, アレルギー検査

血液検査で陽性と判断されたすべての食品を除去する必要はありません

#### 事例 18 血液検査の結果で、除去、除去といわれ続けて、体重が… (牛乳、鶏卵、小麦)

年齢・性別 : 11 ヶ月 男児

症状 : アトピー性皮膚炎

経過 : 生後3カ月ごろよりアトピー性皮膚炎と診断されました。アレルギーの検査をした項目は全て陽性だったので、医師から離乳食は1歳ごろから開始するようにと指導を受け、その後は民間療法で治療をしていました。皮膚の症状はある程度落ち着いたのですが、10ヵ月健診のとき体重増加不良、発達遅延を指摘されてしまいました。

解説 : 過度の食物除去療法による発育障害です。乳児において食物除去を行う場合は、特に代わりになる食物を積極的に検索して、成長、発達に影響の無いように十分に配慮する必要があります。

対策 : 血液検査で特異的IgE検査が陽性であっても食べられる場合があります。やめる必要があるかないかを主治医に相談してから決めてください。もし疑わしい食品のすべてが検査でIgE陽性であった場合は、専門医に相談して食べられる食物を探してもらいましょう。もし、食べられるものがすぐ見つからない場合でも、専門医の正しい指導を受け、ケースによっては食物アレルギーの知識のある栄養士による栄養管理も必要です。母子手帳などにある成長曲線をつけて、発育の経過をきちんとみていくことは大変重要です。

また、食物アレルギーがある乳児でも離乳食の開始を遅らせる必要はありません。生後5~6ヵ月頃が適切です。安全に食べることができる食品で栄養を確保して離乳食を進めていって下さい。

血液検査 (IgE) の値の低い食品の安全性が高いとは限りません

#### 事例 19 うどんならいいかなと思い、試してみたら… (小麦)

年齢・性別 : 2歳 女児

原因 : うどん

症状 : じんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎で血液検査をしてもらい、卵、牛乳、大豆、米、小麦の特異的IgE抗体が陽性と判明し、低アレルゲン米と野菜のみの離乳食しか食べていませんでした。2歳の時、小麦の数値が一番低かったため、小麦から試してみようと思い、自宅で、うどんを食べさせたところ、じんま疹がでてしまいました。幸いにも、自宅での観察だけで落ちつききました。

解説 : 特異的IgEの数値が低ければ安全と思い、家族の判断だけで自宅で試してみたために、症状が出てしまいました。

対策 : アレルギー検査でIgEの数値が一番低い食品が、一番症状が出ないという認識は誤りです。負荷試験を行う時期については、必ず主治医またはアレルギー専門医とご相談ください。

#### 4, 学童童期以降に発症することが多い食物アレルギーの特殊型

##### 花粉症を合併する患者にみられることが多い果物や野菜の口腔アレルギー症候群

###### 事例 20 いつも食べていたトマトなのに… (トマト)

年齢・性別 : 18歳 女性

原因 : トマト

症状 : 口唇の刺激感、のどの痛み、

経過 : トマトを口にしたところ、いつもとちがって、のどに少し違和感がありました。気にせず何個も食べ続けたら、のどがピリピリして呼吸しづらくなりました。後日、プリック・プリックテストでトマトにアレルギーがあることが証明されました。

解説 : 口腔アレルギー症候群 (Oral Allergy Syndrome : OAS) とよばれる食物アレルギーの特殊型です。高学年の児童から成人の方に発症します。原因は果物や野菜であることが多いです。口やのどの症状だけで終わってしまうものが大部分ですが、一度に大量に摂取すると全身症状をきたす場合があります。

対策 : 花粉症があり果物を食べたときに口の中に違和感を生じたら、OAS かもしれません。病院へ行って調べてもらいましょう。

###### 事例 21 味噌、醤油、豆腐は食べていたのに… (大豆)

年齢・性別 : 39歳 女性

原因 : 大豆乳

症状 : 口腔違和感、嘔吐、じんま疹

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 : シラカンバ花粉症の主要抗原の一部が大豆の抗原と交差をおこし口腔アレルギー症候群 (OAS) を起こすことがあります。通常 OAS の症状は軽いのですが、この例のように全身症状をきたす場合もあります。原因はまだよくわかっていませんが、特に花粉症が重症であるほど症状は強い傾向があります。

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、大豆乳を摂取する場合は少量摂取してみて、無症状であれば徐々に増量してください。

##### 運動で悪化するまたは運動後に誘発される食物アレルギー

###### 事例 22 これまで小麦は大丈夫だったのに、どうして… (小麦)

年齢・性別 : 12歳 男児

症状 : アナフィラキシー

経過 : これまで小麦は普通に食べていました。しかし、学校給食の後、授業でサッカーをしていたら、突然、顔面、頸部、躯幹にじんま疹が出現し、意識を失って病院へ連れて行かれました。

- 解説 : 今回の事例は食物依存性運動誘発アナフィラキシーです。給食で食べたスパゲティーが原因となり、その後サッカーをしたため症状が出現しました。
- 対策 : まず原因を確認しておくことが重要。原因がわかれば運動前に該当食品を避けるか、該当食品を食べた後、約2時間運動を避けます。原因がわからなければ、給食後2時間は運動を避けることです。

## 5, 急性症状への対応

### エピペン®注射に関する事例

#### 事例 23 エピペン®注射、子どもの反応は「打たないで」… (牛乳)

- 年齢・性別 : 8歳 女児
- 原因 : 板チョコ
- 症状 : アナフィラキシー
- 経過 : 学童保育でみんなが食べていた、板チョコを間違って食べてしまった。その後、鬼ごっこをしていたら、呼吸苦を訴え始め、咳・喘鳴、皮膚のかゆみとじんま疹が全身へ広がりました。指導員が患児へエピペン®を打つかと聞いたところ、「打たないで」といいました。指導員は母へ連絡したところ、母はエピペン®注射が必要と判断しました。それを聞き、患者本人が大腿中央外側を指さし、「ここへ打って」と言い、指導員がエピペン®注射をしました。注射後、病院へ搬送されました。

- 解説 : 子どもの場合は、本人に聞いても正しい判断はできません。多くの患児が「打たないで」というでしょう。母親や、緊急時の病院に連絡をして、判断することが重要です。
- 対策 : 日ごろからエピペン®注射の実践的なトレーニングを行い、実際の場面でスムーズに行動できるようにしておきましょう。食物アレルギー急性症状チェック表(表11)を園・学校側と保護者の両者が携帯し、症状をチェックすると判断しやすくなります。

#### 事例 24 エピペン®注射のタイミング、消防署の救急救命士に相談しました… (小麦)

- 年齢・性別 : 3歳 女児
- 原因 : 魚肉ソーセージ
- 症状 : アナフィラキシー
- 経過 : 魚肉ソーセージを食べたところ、喘鳴と皮膚のじんま疹がでました。座っておれず、ぐったりしてきたので、保育士は母に連絡し母が来園しましたが、母はエピペン®はまだ必要ないと判断しました。しかし、保育士は心配で救急車を要請したところ、電話に出た救急救命士はエピペン®注射が必要と判断し、母に注射するように指示、母が注射をして事なきを得ました。

解説 : 園・学校職員や保護者だけではエピペン®注射時期の判断ができないことがあるかもしれません。そのような際は、事例のように救急車を要請し、救急救命士の意見を聞いてみるのもよいでしょう。

対策 : エピペン®注射の手遅れのために重大事故となることが問題です。注射のタイミングを含めて、エピペン®注射のシミュレーション訓練をして下さい。自分たちで判断できなければ、消防署への相談もやむをえません。事前に、エピペン®を携帯する児がいることを、保護者の同意を得たうえで、消防署と情報共有しておく、そのような際にスムーズにいくと期待されます。

### 事例 25 主治医の救急外来へ相談、医師の指導で母が注射… (鶏卵)

年齢・性別 : 10歳 女児

合併症 : 気管支喘息

既往 : 鶏卵でアナフィラキシー エピペン®携帯

原因 : 卵入り料理

症状 : アナフィラキシー

経過 : 19時ころ、家で料理から卵を取り除いて食べさせたところ、喘鳴、嘔吐、全身発赤とじんま疹が出現したため、かかりつけの病院の救急外来へ電話。対応した救急担当医師が症状を聴取。医師はエピペン®を携帯していることと鶏卵によるアナフィラキシーの既往があることから、エピペン®注射とプレドニゾロンの内服を指示、さらに、すぐに病院を受診するように指導しました。来院時は軽度のじんま疹だけを残していました。

解説 : 本人・保護者では、エピペン®注射の判断がつきにくい場合は、主治医や救急病院へ電話で相談も1つの選択肢。医師はエピペン®を処方されている患者であれば、原因食品の摂取や症状から判断して注射すべきか指示を出すべき。注射後は必ず病院を受診するように勧める。エピペン®が処方されているということは、必要なときには注射すべきと主治医は判断したことを意味しています。

### 事例 26 アナフィラキシーショックになってしまい、養護教諭がエピペン®を注射… (牛乳)

年齢・性別 : 10歳 女児

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : 牛乳でアナフィラキシーを起こしたことがあり、エピペン®を処方されていました。本人と保護者、小学校の担任および養護教諭と一緒にエピペン®自己注射の講習を受け、本人が携帯していました。朝食で市販のパンを食べ、登校したところ、校門近くで、全身のじんま疹、咳、喘鳴、呼吸困難が発症しました。養護教諭は母親と連絡をとり、患児本人が注射するのをサポートしました。その後、救急車で病院に搬送されました。

解説 : エピペン®講習を本人と保護者だけではなく、学校関係者まで一緒に受けていたことが、功を奏しました。

対策 : エピペン®の使用が適切に行われるためには、保護者と本人はもちろんのこと、園や学校の

関係者もエピペン®注射の講習を受け、常日頃からトレーナーで練習することが大切です。

**事例 27 予期せぬ食品でアナフィラキシー、養護教諭が適切な判断でエピペン®を注射（カシューナッツ）**

年齢・性別：7歳 男児

原因：カシューナッツ

症状：アナフィラキシー

経過：小学校の給食でカシューナッツ入りのメニューがでました。食べた後に、呼吸苦、喘鳴、嘔吐、顔の腫脹、全身にじんま疹がでました。本患児は牛乳によるアナフィラキシー歴があり、エピペン®を携帯していました。養護教諭だけではなく保護者もカシューナッツでもアナフィラキシーが発症するとは予想していませんでした。しかし、養護教諭は症状からアナフィラキシーと判断しエピペン®を注射し病院へ搬送しました。

解説：トレーニングを受けた養護教諭が、エピペン®を注射すべき症状を判断できた一例です。

対策：園・学校はアナフィラキシーを起こさないための対策は重要ですが、起きてしまったときの対応も適切にできるように、食物アレルギー緊急対応のシミュレーション訓練を定期的に行うことが大切です。

**事例28 給食で小麦入り料理を食べて縄跳びをしたらアナフィラキシー、本人がエピペン®（小麦）**

年齢・性別：9歳 女児

既往：小麦で経口免疫療法を行い、維持療法まで到達しており、日常の小麦製品摂取および摂取後の運動でも無症状でした。給食で小麦を使用した料理を食べて40分後に縄跳びを始めたところ、激しい咳と呼吸苦、顔面から頸部にかけてじんま疹が出現しました。本人の判断でエピペン®を患児自身が注射。さらに、プレドニゾロン、抗ヒスタミン薬を内服。ただちに救急車で病院に搬送されましたが症状は軽症ですみました。

解説：エピペン®は注射するタイミングが難しい。本症例で「平生からトレーナーで練習していた。母からも、迷ったら注射だよと言われていた。」は、注射できるようなるヒントがあります。経口免疫療法は維持療法に到達しても運動時や体調によってはアレルギー症状が出現することがあります。急性症状出現時の対処ができるように、エピペン®や内服薬の携帯が必要です。

対策：平素からのトレーナーを用いた練習が、いざという時に役立ちます。

## 6. 除去食と誤食予防

**事例 29 病院の医師に少しずつ解除しましょうといわれ、ヤクルトを飲ませたところ…（牛乳）**

年齢・性別：1歳3ヵ月 男児

原因	: ヤクルト
症状	: 全身じんま疹、呼吸困難、喘鳴、顔全体が腫れる、ぐったり、意識朦朧
経過	: 4ヵ月の時、ミルクアレルギーの疑いがあり、完全母乳にしました。1歳2ヵ月の時、離乳食の進め方を病院で相談しました。血液検査を見ながら少しずつアレルゲンを含んだ食品も始めるよう指導されました。午前中に「ヤクルトなどを少しずつ飲ませて下さい。」と言われたため、昼食の時ヤクルトを少し飲ませてみたら、アナフィラキシーショックとなり、入院になりました。
解説	: 血液検査で牛乳特異的 IgE が低値でも陽性の場合、生まれて初めて食べる時の症状の有無や症状の程度を予測することはできません。安全性を考慮して、食物経口負荷試験（病院で少しずつ食べて症状の有無を確認する検査）を行うという方法もあります。
対策	: 特異的 IgE が陽性の食品を生れて初めて食べる場合は、食物アレルギーに詳しい医師と相談しましょう。食物経口負荷試験を検討することもよいでしょう。

### 母乳を介する食物アレルギーの治療で気をつけることは

#### 事例 30 母乳栄養はアレルギーを起こさないって聞いていたのに…(鶏卵)

年齢・性別 : 3ヵ月 男児

原因 : 母乳中の卵アレルギー

症状 : アトピー性皮膚炎

経過 : 生後すぐより顔面に湿疹、2ヵ月のときアトピー性皮膚炎と診断され、スキンケアとステロイド外用薬で治療していました。母乳栄養にアレルギーはないといわれて食事制限せずに母乳栄養を続けていましたが、湿疹は徐々に悪化してきたため、アレルギー専門医で血液検査を行いました。卵白が原因アレルギーとわかり、母親が卵製品の摂取を制限したところ、アトピー性皮膚炎が軽快していきました。

解説 : 乳児のアトピー性皮膚炎には食物アレルギーが関与しているものがあります。このような事例の場合、母親の食事から鶏卵とその加工品を除去して乳児の症状が改善するのを見る除去試験と、母親に5～7日間毎日卵1個くらい食べてもらい、授乳後の乳児の症状の変化を観察する、いわゆる経母乳食物負荷試験で、母乳中に分泌されるアレルギーが原因となっているかどうかを調べる必要があります。この症例では母親の母乳中のアレルギーが疑われました。母親に対して卵の除去を行い症状が軽快し、その後、経母乳負荷試験によって症状が再燃したため診断が確定しました。

対策 : 母乳栄養児の中には、この症例のように母親への食物除去により症状が改善する場合があります。母親への制限食が必要な場合でも、その期間は短期間でよいことが多いので主治医やアレルギー専門医に相談してください。

### 牛乳アレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください

#### 事例 31 粉ミルクを自宅で飲ませたら…(牛乳)

年齢・性別 : 10 ヶ月 男児

原因 : 乳糖のみを除いたミルク

症状 : 喘鳴、じんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎があり、卵、牛乳アレルギーと診断されました。10 ヶ月まで母乳で育ててきましたが、母乳を中止して、ミルクに変更してみようと思いミルクを買ってきました。乳糖のみ除いたミルクを初めて自宅で飲ませたところ、喘鳴、顔の浮腫、じんま疹がみられ救急車で病院へ行き、入院となりました。

解説 : 乳糖のみを除いたミルクには牛乳成分が含まれています。

対策 : ミルクアレルギーには、アレルギー用ミルクを使用してください（表2）。

牛乳アレルギー除去調製粉乳にはビオチンやカルニチンがほとんど含まれていないため、適切な時期に離乳食を開始しないとビオチン欠乏症やカルニチン欠乏症を発症するおそれがあります。

### 治る年齢には個人差があります

#### 事例 32 「1歳半頃になると食べられるようになる。」と言われて…（牛乳）

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : 脱脂粉乳入りのマーガリン

症状 : 喘鳴、顔のむくみ

経過 : ミルクアレルギーがあり、ミルク除去をしていましたが、それまでかかっていた主治医には、「1歳半頃になると食べられるようになることが多い」と言われていたため、自宅で脱脂粉乳入りのマーガリンを使ったスコーンを食べさせてみました。ひと口食べさせて、20分後に喘鳴、顔のむくみがみられたため、直ぐ病院を受診しました。

解説 : 食物アレルギーが治る時期には、個人差があります。にもかかわらず、以前に言われたことを覚えていて、自己判断から自宅で食べさせたため症状が出てしまいました。

対策 : 食物アレルギーは年齢とともに治ることが多いのですが、治る時期には個人差があります。除去を解除する時には自己判断せず、必ず主治医やアレルギー専門医と相談してください。

## 7. 経口免疫療法

### 食べて治す治療を自分の判断だけで行うことは危険です

#### 事例 33 食べて治す本を読んで…（鶏卵）

年齢・性別 : 11歳 男児

原因 : 鶏卵を含む食品

症状 : 少量ずつ摂取することにより食物アレルギーが治るという本を読んで、少しずつ食べていますが、症状の出る時と出ない時があります。症状の程度もさまざまです。

解説 : 少量ずつ食べるといっても、症状が惹起される量は患者さんで異なります。この患者さんで



は、アレルギー症状が出ており、大変危険です。アナフィラキシーのような死に至るような重篤な症状が発症するおそれもあります。自分たちの判断で耐性をつける治療（経口免疫療法）を行わないで下さい。

**対策** : 食品ということで気安さがありますが、食物アレルギーの患者さんにとってはアレルギー症状を引き起こすおそれがあり、危険な食品といえます。食べて耐性をつける治療を経口免疫療法といますが、この治療では、一定量の原因食品を毎日あるいは一定の間隔で食べ、増量していきます。つまり、薬と同じで、多過ぎれば、副反応のリスクがあり、少な過ぎれば効果は不十分です。  
経口免疫療法を実施している医療機関は増えています。この治療に熟練した医師の指導のもとで行って下さい。

### 事例 34 食べて治す治療を自宅で進めていたら… (鶏卵)

年齢・性別 : 8歳 女児

原因 : 加熱の不十分な卵

症状 : 口腔違和感、腹痛

経過 : 卵アレルギーでしたが加熱した鶏卵は問題なく食べられるようになりました。少しずつ慣れさせてみようと、自宅で加熱の条件を変えて温泉卵からどどん生に近い状態にして与えていました。今回、加熱が少なかったようで、食べているときから舌がピリピリし、のどに違和感、腹痛が現れました。2時間後、全身に蚊に刺されたような発赤が出ました。経口ステロイド薬、抗ヒスタミン薬を服用し40分後におさまりました。

**解説** : 加熱などの調理条件でアレルギー症状の出方は変わります。また本人の体調も症状の出やすさに影響します。

**対策** : 食べて治す治療（経口免疫療法あるいは経口減感作療法）を行う場合、自宅での原因食品の増量や調理条件を変えることは危険です。進め方については食物アレルギーに精通した医師に相談して行って下さい。

### 事例 35 自宅でちょっと食べてみるのは、ちょっと… (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児

症状 : じんま疹、嘔吐

経過 : アトピー性皮膚炎があり、血液検査の結果に従って卵の除去食対応を行っていましたが、「自宅で少しずつ摂取してみると良い」というかかりつけ医の指導で、ゆで卵を1/8個食べさせました。摂取後2時間して、嘔吐とじんま疹が出現し、びっくりしました。

**解説** : 徐々に摂取をしていくと食べられるようになることが多いことは事実ですが、アレルギーが誘発される危険と隣り合わせです。特に、初回摂取量は慎重に決定する必要があります。

**対策** : 自宅で安易に摂取を開始するのではなく、食物負荷試験のできる医療機関で、安全摂取量を決めなければなりません。

### 事例 36 ちよつとずつ食べるのにも慎重に！（牛乳）

年齢・性別：3歳 女児

症状：咽頭の違和感

経過：もともと、アトピー性皮膚炎があり、血液検査で牛乳が陽性だったため、ずっと除去食対応をしていました。症状が出なければ少量ずつ食べてもよいと言われていたので、牛乳はちよつとずつ飲むようにしていました。いつもより、少し多い量を飲んだら、のどがかゆいと言い始め、しばらく様子を見ていたら治まりました。

解説：少しずつ摂取していくと、摂取できる量が増えていく場合も多いのですが、少し量が増えるだけで症状が強くなることもあり、注意が必要です。

対策：アレルゲン摂取量を少しずつ増やしていく治療法を経口免疫療法（経口減感作療法）と呼びます。この治療はじんま疹のようなアレルギー症状や時にはアナフィラキシーのようなリスクを伴います。専門医の指導を受けながら行うことが必要です。また増量するタイミングや症状が出た時の対応法なども主治医とあらかじめ決めておく必要があります。

### 経口免疫療法にひそむひやりはつと

#### 事例 37 経口免疫療法中に加工食品を食べてじんま疹が出現（牛乳）

年齢・性別：15歳 女子

症状：じんま疹

経過：牛乳アレルギーがあり、医師の指導のもと、牛乳で経口免疫療法を行っていました。牛乳が10mlまで増量できたので、少しくらいの乳製品は安全と考え、乳を含有するクッキーを食べさせたところじんま疹が出現しました。

解説：経口免疫療法の増量期は耐性量ぎりぎりまで食べています。経口免疫療法に使う食品を含む加工食品を食べると、安全量を超えてしまい、アレルギー症状が出る場合があります。

対策：経口免疫療法の増量期は、免疫療法以外にその原因アレルゲンを含む食品を食べてはいけません。

#### 事例 38 食べた後のプロレスごっこで大変なことに…（小麦）

年齢・性別：10歳 男児

症状：アナフィラキシー

経過：うどんで経口免疫療法を行っていました。今はうどん1週間1回100gの維持療法までできており、これまで何の症状も出ずに油断していました。昨日、うどんを摂取した後、弟とプロレスごっこをしている最中から、じんま疹が全身に出現し、ゼーゼーいって息が苦しくなり、あわてて病院へ連れていきました。

解説：経口免疫療法の維持療法が安全にできていても、摂取後の運動、入浴や胃腸かぜ、生理、痛み止めの内服などが重なるとアレルギー症状が出てしまうことがあります。

対策：経口免疫療法のために原因食品を食べた後、1時間は運動や入浴を控えて下さい。胃腸かぜ、

生理中、痛み止めを内服したときは出やすいので、1段階、摂取量を減らす必要があります。

### 事例 39 毎日食べていないと耐性が… (鶏卵)

年齢・性別：7歳 男児

症状：局所のじんま疹

経過：加熱鶏卵による経口免疫療法を実施していました。10g まで増量したところで、旅行のために7日間中断しました。帰ってから中断前と同じ量を食べたらじんま疹が出ました。

解説：経口免疫療法は中断すると、それまでについた耐性が低下することがよくみられます。2-3日以上中断した時は1段階量を減らして下さい。それでもアレルギー症状が出現することがあります。緊急時薬の準備を忘れないようにして下さい。

経口免疫療法で摂取する食品は薬だと思って、医師の指導に従って規則正しく忘れないように摂取して下さい。食べたり中止したりすると、耐性がつきにくくだけでなく、アレルギー症状が突然出ることがあります。

対策：規則正しく免疫療法用の食品を食べること（アドヒアランス）が、耐性獲得をスムーズに進める事だけではなく、副反応を減らすことになります。

### 事例 40 外出する時には、緊急時薬を忘れずに (牛乳)

年齢・性別：8歳 男児

症状：牛乳による経口免疫療法の増量の途中です。祖父母宅へ遊びに行き、いつもの牛乳を12ml飲んで入浴したところ、全身にじんま疹出現、咳・喘鳴が出ました。その日は、エピペン®や内服の緊急時薬を家へ忘れてきたため、救急車で救急病院を受診しました。

解説：経口免疫療法は原因食品を摂取することによって耐性を獲得することを目標に行う治療です。その患者さんにとっては原因食品を増量していくわけですから、リスクが高い治療と言えます。どこへ行くときにも緊急時薬（エピペン®、内服ステロイド薬、抗ヒスタミン薬）の携帯を忘れないことを肝に銘じて下さい。また、救急病院も必要な時にはすぐ行くことができるように、事前に決めておいて下さい。

対策：経口負荷試験免疫療法の安全確保のために、緊急時薬はいつも携帯して下さい。

## 8, 誤食を防ぐための教育 (自己管理能力を身につける)

年齢が大きくなったら自己管理能力を身につけさせましょう

### 事例 41 「食べられない」ということを言えなかったために… (鶏卵)

年齢・性別：6歳 男児

原因：卵を使用したケーキ

症状：じんま疹

経過：卵アレルギーがあり、母親の許可のないケーキは食べていけないと言われていました。親戚

の家へ1人で出かけ、誕生日のプレゼントをもらうだけの予定がサプライズに出された卵を使用したケーキを断り切れずに食べてしまい、全身にじんま疹が出て、救急外来を受診することになりました。本人も食べていけないと分かっていたのですが、「食べられない」ということを親戚の人に言い出せませんでした。

解説 : 食物が出ない予定だったので、母親も親戚の人には食物アレルギーのことは話してありませんでした。親戚の予期せぬ好意で、このような事例がおきてしまうこともあります。

対策 : 自己管理が十分にできない幼児では、1人で行動する場合、必ず見を取り巻く大人には食物アレルギーのことを知っておいてもらって下さい。また、食物アレルギー情報を記載したサインプレート(図11)を携帯させましょう。

## 9, 調理法とアレルギー性

### 事例 42 たこ焼きを食べたら、卵の加熱が…(鶏卵)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : たこ焼き

症状 : じんま疹

経過 : 卵アレルギーですが、加熱してあれば食べられるようになっていたので、たこ焼きを食べさせたところ、じんま疹が出てしまいました。

解説 : 加熱の程度により卵のアレルギー性は変化します。当然、非加熱の方がアレルギー性が高く、少量でも症状が出やすくなります。この事例の場合、中身までしっかり加熱されていない状態だったと思います。

対策 : 外食する場合は、加熱の程度が自宅と違うので注意が必要です。

## 10, 医薬品、医薬部外品、化粧品

### 石鹸によっておこる食物アレルギーがあります

#### 事例 43 お風呂の石鹸で…(牛乳)

年齢・性別 : 5歳 男児

症状 : 全身の発赤

経過 : 祖父の家で父と一緒に入浴中、ボディークリームよりも普通の固形石鹸の方がいろいろなものが入っていないと安心して判断してしまっていて使用したところ、全身に発赤湿疹が広がりました。

解説 : 使用された石鹸は牛乳石鹸でした。

対策 : 牛乳石鹸など食物成分を原料とする製品にも気を配りましょう。自宅以外での宿泊時などは必要であれば、いつも使っている石鹸やシャンプーなどを持参することも考慮しましょう。医薬部外品には一部の成分以外はその原材料を表示する義務は企業にはありません。

#### 事例 44 肌にやさしい石鹼と違って使用していたら… (小麦)

年齢・性別 : 25歳 女性

原因 : 加水分解小麦を含む石鹼

症状 : 石鹼接触部位の紅斑、運動後のアナフィラキシー

経過 : 茶のしずく石鹼(加水分解小麦含有)を使用していたら、顔が赤くなったり口唇が腫れたりするようになりました。また、 Pasta や ケーキ を食べた後の買い物中にじんま疹が出るようになりました。先日は Pasta を食べた後で、テニスをしたら全身にじんま疹が出現し、その後意識を失って倒れました。

解説 : 加水分解小麦を含む石鹼の使用によって、皮膚または粘膜から石鹼中の小麦タンパクの感作を受け、同石鹼の接触によるアレルギーを生じたり、さらに小麦製品摂取だけでアレルギー症状を惹起したり、摂取後の運動で小麦依存性運動誘発アナフィラキシーを起したりする場合があります。

対策 : 加水分解小麦を含む石鹼は小麦アレルギーの患者さんだけでなく、アトピー性皮膚炎の人は皮膚から感作を受けやすいので避けた方がよいでしょう。健康な人が使用する場合でも、石鹼中の加水分解小麦による接触じんま疹だけでなく、小麦摂食後のアレルギーや小麦摂取後の運動誘発アナフィラキシーを発症することが報告されています。注意が必要です。

牛乳や卵アレルギーでは避けたほうがよい薬があります

**事例 45 病院でもらった下痢止め（タンナルビン®）だから安心と思ったのに…（牛乳）**

年齢・性別：2歳 男児

原因：タンナルビン®（止痢剤）

症状：じんま疹

経過：下痢で病院にかかった際、食物アレルギー（牛乳）があると話したにもかかわらず、タンナルビン®が処方されました。飲んだところ、全身のじんま疹が出現しました。

解説：医師、保護者ともタンナルビン®の原材料が牛乳であることを知らなかったため、内服させてしまった。

対策：アレルギーを専門としない医師も、乳幼児のアレルゲンとして代表的な卵白、牛乳などを含む薬剤についての知識を備えることが必要です。

**事例 46 お医者さんから処方された整腸剤で…（牛乳）**

年齢・性別：4歳 男児

原因：内服薬に含有されていた乳糖

症状：長引く下痢

経過：医師から処方されたクスリを飲み始めてから、下痢症状が長引いていました。内服薬の成分に乳糖が含有されていることが判明し、内服を中止したところ下痢症状はなくなりました。

解説：牛乳アレルギーの非常に強い患者では乳糖でも症状が起きることがあります。

対策：牛乳を原材料としているタンニン酸アルブミン（タンナルビン®）以外に、整腸剤、経腸栄養剤、抗菌薬の一部にカゼインや乳糖などが使用されていることがあります。乳糖には微量の乳タン白が含まれています。

極めて微量の摂取でも症状が出現する牛乳アレルギー患児では、乳糖添加の表示がされている薬物の使用について主治医とあらかじめ相談しておきましょう。

**事例 47 アレルギーの治療薬のつもりが、ソル・メドロール®40mg の注射で…（牛乳）**

年齢・性別：4歳 男児

原因：ソル・メドロール®40mg

症状：喘鳴、全身のじんま疹

経過：気管支喘息もあり加療されていました。喘息発作が認められるようになり、救急外来を受診、吸入とともにステロイド薬の静脈内投与を実施されました。しかし、投与開始後、全身のじんま疹が認められるようになり、喘鳴も強くなってきました。ソル・メドロール®投与を中止、ボスミン®の筋肉内投与、サクシゾン®投与によって症状は改善しました。

解説：ソル・メドロール®40mg には乳糖が賦形されています。（ソル・メドロール®125mg、250mg、500mg には賦形されていない）

対策 :一部薬剤には、乳糖が賦形されています。賦形される乳糖でも症状が出る患者が極少数ではあるがいます。

#### 事例 48 鼻に軟膏治療ぬったら、全身が真っ赤に… (鶏卵)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : リフラップ軟膏® (塩化リゾチーム)

症状 : じんましん

経過 : 耳鼻科を受診し、軟膏処置を受けた10~15分後、会計を待っている間に全身にじんま疹と咳が出ました。院長に確認したところ軟膏には卵白由来の塩化リゾチームが入っていることがわかりました。

解説 : 病院にも卵アレルギーであることは伝えてあったが、医師の知識不足かあるいは見逃したことが原因と思われます。

対策 : 医師は薬の添付文書を見なければいけません。

#### インフルエンザワクチン接種前に卵を食べさせて確認する必要はありません

#### 事例 49 インフルエンザワクチンを受けたくて自宅で卵をちょっと試してみたら… (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 卵

症状 : じんま疹

経過 : 病院から、卵アレルギーがあるとインフルエンザの予防接種をうけられないと聞き、安易に生卵を試してしまったところ、じんま疹が出ました。

解説 : インフルエンザワクチンには卵成分が含まれています。しかし、その含有量は非常に微量です。卵アレルギーがあっても、多くの患者さんはインフルエンザワクチンを接種できます。

対策 : 卵アレルギーと診断されている場合、卵を食べられるかどうか食べてみることは自分ではしないで下さい。医師に相談して、必要ならば医師の監視下で経口負荷試験を行いましょう。卵アレルギーがある患者さんは、接種できるかどうか、医師に相談して下さい。

#### 11. 皮膚への接触で発症

#### 事例 50 衣服に付着した小麦粉で… (小麦)

年齢・性別 : 3歳1ヵ月 男児

原因 : 小麦粉

症状 : 湿疹の悪化と慢性的なかゆみ

経過 : 自宅で手打ちうどん屋を経営していました。お店で用いた布巾、タオルや衣服を家庭用の洗濯機で洗っていました。家庭内での衣服とお店のものと同時に洗濯機に入れることはありませんでした。祖父母の家に1週間ほど帰省した時、体中の赤みが消え、慢性的なかゆみが一気に

改善したことを契機に、小麦粉が原因ではないかと考えました。帰宅後、新しい洗濯機を買い、洗濯物を分けたところ、湿疹の程度が軽くなりました。

解説 : 洗濯物から、洗濯機を介して衣服に付着した小麦粉が、湿疹の悪化要因になっていました。このような事例のように、食物アレルゲンが経皮的に症状を引き起こす場合もあります。また、経皮的な感作によって、食物アレルギーが発症する可能性もあります。

対策 : 食品を扱う業務で用いた衣服は、家庭内での衣服とは別の洗濯機で洗いましょう。

## 12, 吸入で発症

### 事例 51 お菓子の食べカスが舞って… (小麦、牛乳)

年齢・性別 : 15歳高校生 女子

症状 : 声が出ない、皮膚のかゆみ、意識朦朧

経過 : 学校の休憩時間にまわりの友人たちは、楽しく談笑してお菓子を食べていました。始業の準備で一斉に机の上の食べカスや制服に落ちていた破片をはたきました。少しほこりを吸いこんだのか気分が悪くなりはじめました。本人はアレルギーがあるのでお菓子を食べてはいませんでした。しばらくしたら声が出せなくなり、呼吸が苦しくなりました。声も出せなくなりましたが、やっとの思いで気分が悪いと伝えました。先生は自分で保健室へいくよう指示、3階の教室から歩いて保健室のある1階まで降りて行きました。

解説 : アナフィラキシーで声が出せなくなるほどの緊急事態です。情報をうまく伝えられずひやりとしました。階段を一人で降りていて転倒でもしたら、授業中のため誰かに気付かれず大変なことになっていたと思います。

対策 : アナフィラキシーで声が出なくなったり、意識消失のため、周囲の者に状況を伝えることができなくなるおそれがあります。エピペン<sup>®</sup>などの携帯薬を持つべきです。しかし、自分で対応できないこともあります。「-----でアナフィラキシーを起こします。」「エピペン<sup>®</sup>を携帯しています。」「病院へ連れて行って下さい。」「保健室に連れて行ってください。」などを記載したサインプレート (図 11) 携帯して下さい。

## 13, アレルゲンの食品表示 (表 3)

必ず毎回表示を確認しましょう

### 事例 52 ついすっかり原材料表示を見逃して… (鶏卵)

年齢・性別 : 3歳 女兒

原因 : きな粉餅

経過 : 同居しているお義母さんが、子どもに「きな粉餅」を買ってきてくれました。お義母さんも卵アレルギーのことは知っていたので、つい安心して、原材料表示を見ずに、子供に食べさせたところ、その直後から顔面に痒みとじんま疹が出現しました。



解説 : いつもなら必ずアレルギー表示を確認していたのに、お義母さんからもらったので、つい、確認しそびれてしまいました。原材料表示には卵と書いてありました。

対策 : 家族や親戚からもらったものの原材料表示を再確認することは、食物アレルギーのあるお子さんをお持ちの方なら、失礼なことではありません。周りの方へも、アレルギーのあることをはっきり伝えましょう。

### 事例 53 個包装の確認不足で… (鶏卵)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : 個包装になっているスナック菓子

経過 : 祖母に娘を預けていました。祖母は、鶏卵アレルギーであることは知っていましたが、個包装には記載がなかったため与えてしまいました。その後 30 分ほどして咳き込みと唇が腫れているのに気が付きました。個包装を包んである大袋のアレルギー物質食品表示には、卵白と書いてありました。

解説 : 祖母と親のアレルギー表示確認と情報共有の不足です。

対策 : 食べる時に原材料がはっきり確認できないものは、与えないようにしましょう。お子さんを預ける際には与えてよいものを確認しておくといよいでしょう。容器包装の表示面積が 30cm<sup>2</sup> 以下の加工食品・添加物には表示の義務がないので注意が必要です。

食品衛生法において、表示が義務付けられている 7 品目と、推奨されている 20 品目を表 3 に示します。

表示の対象になるのは容器包装された加工食品や添加物です。対面販売や店頭での量り売り、店舗内で製造販売される食品や容器包装の面積が 30cm<sup>2</sup> 以下の加工食品、また飲食店の料理は表示義務の対象ではありません

### 事例 54 本人が大丈夫と言っても…(鶏卵)

年齢・性別 : 6歳 男児

症状 : じんま疹

経過 : 母が不在のとき、祖母に連れられてコンビニエンスストアに買い物に行き、本人が「食べたことがある」と言ったので、表示を確認せずに購入し食べさせていました。

解説 : 見た目はほとんど同じでも、アレルギー物質の含有量に違いがある食品も多い。また同じ商品でも販売地域による違いや、リニューアルにより含有成分が変わることもあります。

対策 : 毎回、アレルギー表示の確認が必要です。本人にも、アレルギー表示を確認するように指導すると共に、家族にも表示の確認を徹底するように理解してもらおうようにしましょう。

### 事例 55 友人から頂いたお菓子で… (小麦)

年齢・性別 : 1歳 女児

症状 : じんま疹  
経過 : 子供のアレルギーをよく知っている友人が「小麦を使っていないよ。米粉だよ。」と言ってお菓子を頂きました。うっかりアレルギー表示を確かめず、食べさせてじんま疹が出てしまいました。  
解説 : 米粉メインのお菓子でも、小麦が少量含まれていました。  
対策 : きちんと原材料表示を確かめましょう。原材料表示は含有量が多い食材から記載されています。少量になると最後の方に記載されているので余計に注意が必要です。

#### 事例 56 海外のお土産で… (クルミ)

年齢・性別 : 7歳 女児  
症状 : じんま疹  
経過 : アメリカのお土産の原材料が英語表記であったので、よく確認せずに食べたところ、アレルギー症状が誘発されました。  
解説 : くるみ科のナッツ (ペカン) が含まれていました。  
対策 : 海外からの輸入品やお土産は原材料表示が分かりづらく、トラブルが起きやすくなります。まずはきちんと表示を確かめることが重要です。疑わしい時は食べさせず避けて下さい。

#### 事例 57 味付き肉には気をつけて！ 牛タンにカゼインが使用 (牛乳)

年齢・性別 : 7歳  
原因 : 牛タン  
症状 : 脇が腫れあがった  
経過 : 親戚が集まって焼肉パーティーをすることになりました。娘の原因アレルギーが乳である事は知っていましたが、牛タンにカゼインが含まれているとは思ってもいませんでした。  
解説 : 事故の後、包装用紙の原材料表示を確認したらカゼインが入っていることが分かりました。  
対策 : 成型肉や味付け肉には軟化剤や結着剤としてカゼインナトリウムなどが使われていることがあるので表示をよく確認してください。

#### 事例 58 見た目がいっしょでも気をつける (鶏卵)

年齢・性別 : 1歳 男児  
原因 : アンパンマンポテト  
症状 : 鼻汁、咳、喘鳴  
経過 : 自宅では、アンパンマンポテト (卵含有なし) を食べていました。友人宅で出されたアンパンマンポテトがスイートポテト味 (卵含有) だったのです。箱から出されていて見た目が全く同じだったので食べさせてしまったところ咳と喘鳴が出ました。

解説 : いつも見慣れている商品の姉妹製品で、箱から出されていたため区別はつかずに食べさせてしまいました。

対策 : 友人宅でも遠慮せず必ず表示を見せてもらいましょう。原材料がわからない食品は食べないことも大切です。

#### 事例 59 いつものちくわで… (鶏卵)

年齢 性 : 7歳2ヵ月 男児

症状 : アナフィラキシー

経過 : 数年来、食べていたメーカーのちくわを食べたら、アナフィラキシーを起こしました。表示を確認したところ、商品の規格変更により、原材料に卵が新たに含まれていたことがわかりました。

解説 : 加工食品は規格変更を行われることがあり、原材料が変更されることがあります。また、地域によっては、規格が違う場合もあります。

対策 : 購入するときには、常に表示を見て確認することが重要です。

#### 事例 60 クッキーのアイシングで… (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : クッキーのアイシング

症状 : じんま疹

経過 : 母の日にクッキーにアイシングを使って絵を描くイベントに参加しました。アイシングが余ったので、子どもが一口食べたところ、じんま疹が出現しました。

解説 : 母が以前に教わったときには、粉砂糖と水のみでアイシングを作ったが、今回のものは生の卵白も含まれていたことが原因でした。一般的にはアイシングのレシピでは卵白を使用することが多いようです。

対策 : 初めて扱うもので食べる危険がある場合は、アレルゲン表示で現材料を確認することが大切です。

できれば複数の人が表示を確認しましょう

#### 事例 61 保育園でアレルゲンなしのおやつと言われて食べたところ… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 園でだされたおやつ

症状 : 嘔吐

経過 : 毎日、園で出されるおやつは、アレルゲンの有無を確認してもらえます。その日は、調理員さんが確認し、アレルゲンが入っていませんとのことだったので、食べたところ、嘔吐してし

まいした。

解説 : 調理員さんがアレルギーの表示を見落とし、さらに、担任の先生がお休みで、代理の先生にアレルギーの情報がしっかり伝わっていなかったために、牛乳を含む食材が混入したことが後からわかりました。

対策 : 原材料表示の確認は、できることなら2人以上で行うこと。また、担任の先生がいない場合でも、今回のような誤食が起こらないように、日頃から、他の先生にも食物アレルギーのことをしっかり理解してもらうことが必要です(情報の共有)。

#### 事例 62 いつも食べている桃を缶詰で食べたら…(牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 桃の缶詰

症状 : じんま疹、皮膚の発赤、痒み。

経過 : 保育園のおやつが桃の缶詰でした。今まで果物の桃を食べても症状はなかったので、1切れ食べたところ、食べて30分後から、じんま疹や皮膚の発赤、痒みが出現し、そのまま入院となりました。

解説 : 果物だけなら大丈夫だったものが、缶詰で食べたら、アレルギー症状が出ました。これは、シロップに含まれていた乳成分が症状を引き起こしたと思われます。

対策 : 乳製品は表示しなければならない義務があります。必ず購入時に表示を確認しましょう。今回のように保育園のおやつの場合は、親が表示を確認することができません。シロップ漬けには乳が含まれる可能性を知っておき、保育園でも表示を必ず確認してもらうようお願いしましょう。

#### 食べ慣れた加工品でもリニューアルの可能性があることを知っておきましょう

#### 事例 63 同じお菓子が大丈夫だったのに…(鶏卵)

年齢・性別 : 6歳 男児

原因 : リニューアルで、アレルギーを含有するようになったお菓子

症状 : 症状出現なし

経過 : 以前にアレルギー含まれないことを確認して日常的に食べていたお菓子を、いつものように食べた直後に成分表示をみたところ、アレルギーを含有していることに気づきました。あわてて医師から処方されている誤食時の薬を内服したため症状は出ずに済みました。

解説 : 市販のお菓子などは、同じ商品名でもリニューアルで成分が変わることがあります。製造する地域によっても、違うことがあります。

対策 : 加工食品を食べる時は、食べる前に成分表示を再度確認する習慣をつけましょう。

## 製造ラインまで確認しましょう

### 事例 64 表示に娘のアレルゲンとなる物はなかったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 6歳 女児

原因 : 牛乳の表示のないチョコレート (製造ラインでの混入)

症状 : じんま疹

経過 : チョコレートのアレルゲン表示に「牛乳」がなかったたので食べさせたところ、1時間後に顔にじんま疹が出ました。内服によって症状は改善しました。

表示の枠の中には娘のアレルゲンとなる食物はなかったが、欄外に「同じ製造ラインで牛乳を含む製品を生産しています」という表示がありました。

解説 : 食物アレルギーは微量なコンタミネーション (混入) でも反応が起きることがあります。

対策 : 同じ製造ラインを使用している場合、「本品製造工場では〇〇を含む製品を生産しています」などと欄外に表示してあるのでよく確認してください。欄外表示は義務ではないため、必ずしもあてにはできませんが、含有量が微量とは限りません。欄外表示でも原因食品であれば避けた方が安全です。

## レストランや店頭販売に表示義務はありません

### 事例 65 旅行先に名物のアイスクリーム屋さんがあつて… (鶏卵)

年齢・性別 : 7歳 女児

原因 : アイスクリーム

症状 : じんま疹

経過 : 表示がはっきりしないものは食べないようにしていたが、雰囲気でご慢できなくなって名物のアイスクリームを少し食べさせてしまいました。卵の混入は少なかったのか、幸い軽い症状のみで大事には至りませんでした。もし強い症状が出ていたらせっかくの楽しい旅行が台無しになるところだったと反省しています。

解説 : 店頭販売の場合、表示義務はありません

対策 : 気の緩みが大きな事故につながることはあります。旅先では医療機関もすぐに見つかりません。家族全員協力して表示のされていないものは食べさせないようにしましょう。

### 事例 66 パン屋さんのパンは安全と思ったのに… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 米粉のパン

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : パン屋さんで米粉のパンを購入しました。卵と牛乳も除去中なので、店員さんに確認すると、「卵も牛乳も入っていません」とのことでした。翌朝、子どもの朝ご飯としてパンを食べさせたら、全身じんま疹に、呼吸困難が出現し、アナフィラキシーショックで入院しました。

解説 : 実はこのパンには、脱脂粉乳が使われていました。店員さんには脱脂粉乳が乳製品であるとの認識がありませんでした。今回のことは、パン屋の店員さんの知識不足が原因でした。

対策 : 基本的に店頭販売はアレルギーの表示義務がありません。店員は、原材料に関する知識が不正確なことが多いので、店員の言葉を鵜呑みにせず、責任者に聞いた方がよいでしょう。店側には、アレルギーの表示義務はありませんが、アレルギーの相談を受けた場合、原材料を正確に伝え、不明な時は「わかりません」と応えるべきです。また、「アレルギー対応」と謳う場合は、製造中のコンタミネーションも含めた、厳密な管理が必要です。

## 総菜やばら売り、試食品に表示義務はありません

### 事例 67 スーパーマーケット試食コーナーにて（鶏卵、牛乳）

年齢・性別：5歳 男児

原因：ソーセージ

症状：咳、腹痛、顔のむくみ

経過：親が目を離したすきに、スーパーの試食品を食べてしまいました。本人は黙っていましたが15分くらいして、咳と腹痛が出現し、顔が腫れてきました。おかしいと思い、本人に問い詰めたところソーセージを食べたと白状したので、すぐ手持ちの内服薬を飲ませ症状は落ち着きました。

解説：店頭販売の場合、表示義務はありません

対策：スーパーの試食品は大きい子であれば食べないように教えましょう。小さい子は試食コーナーのあるスーパーでは目を離さないようにしましょう。

### 事例 68 表面に卵を塗った「卵不使用」調理パンって…（鶏卵）

年齢・性別：5歳 男児

症状：じんま疹

経過：卵不使用と記載されていた調理パンをスーパーで購入し食べたところ、全身じんま疹が出ました。

解説：パン自体には卵は使用していなかったため、卵不使用と記載されていましたが、調理の際、表面に卵を塗ってありました。アレルギーの食品表示義務は包装加工食品に適用されるが、お総菜などの店頭販売食品には表示義務はない。

対策：店頭で販売される食品には表示義務がないので注意が必要です。

### 事例 69 手作り食品には表示義務がないので…（くるみ）

年齢・性別：3歳 女児

症状：じんま疹

経過：おやつに、お土産にもらった五平餅を食べたところ、咳が止まらなくなったので、病院に受診しました。

解説：くるみに対してアレルギーがあることはわかっていたが、五平餅にくるみを使うこともあることは知らなかった。

対策：手作りの食品には原材料の表示がない場合が多いため、注意が必要であり、問い合わせ先が明記されている時には、電話で内容を確認する。

紛らわしい表示でもお子さんのアレルギーと関連のあるものは覚えるようにしましょう

**事例 70 米粉パンのグルテン。少しなら大丈夫と思ったが… (小麦)**

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : 小麦グルテンが5%入っている米粉で作られたパン

症状 : 顔と腕にじんま疹

経過 : 義理の父が、米粉だけを使ったパンを買ってきてくれました。店の人は義父に、「小麦成分は入っていない」と言ったそうですが、心配だったので問い合わせをしたところ、「軟らかさを出すために小麦グルテンを5%入れています、重篤な小麦アレルギーの人以外は大丈夫だろう」と言われました。5cm大を食べさせたところ、3時間後に顔と腕にじんま疹ができました。病院に行きましたが、待っている間に症状はだんだん落ち着きました。

解説 : 米粉パンに含まれていた少量の小麦グルテンで症状ができました。

対策 : 小麦アレルギー患者さんはグルテンを含む食品も食べさせない。

**事例 71 グルテン入りの「100%米粉パン」って… (小麦)**

年齢・性別 : 3歳1ヵ月 男児

原因 : 米粉パン

症状 : アナフィラキシー

経過 : ショッピングモールの店頭販売で、「100%米粉パン」と銘打ったパンを購入しました。成分表示に小麦は入っていないことは確認して食べましたが、その帰りの車の中でアナフィラキシーを起こしました。

解説 : 「100%米粉」という表示にもかかわらず、グルテンが含まれていたことが分かりました。製造者はグルテンが小麦成分と認識していませんでした。

「100%米粉パン」という表示だと、小麦アレルギー患者が選んで食べることを予想すべきです。

対策 : 製造側はアレルギー表示について十分に理解する必要があります。また、食物アレルギーに関する知識も必要です。

小麦アレルギー患者さんやその家族は「米粉パン」にはグルテンが使われることがあることを知りましょう。

**事例 72 牛肉は、加工されている場合があります (牛乳)**

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 加工肉

症状 : じんま疹

経過 : 子供用に提供してもらった除去食には問題はなかったのですが、大人用の料理に「那須牛」があり大丈夫だと思って食べさせたら、これが「加工肉」であり、乳製品にアレルギーのある息子はじんま疹が出てしまいました。宿のコックさんに確認したら「加工肉」だと言われました。



解説 : 加工肉には乳成分が含まれていることがあります。この加工肉は 2013 年に起きた表示偽装問題の際に注目を集めました。牛脂注入肉は、牛脂のみではなく、乳成分、小麦、大豆成分が使われることもあります。牛脂注入肉を「霜降りビーフステーキ」「さし入りビーフステーキ」と表示することは優良誤認に該当し景品表示法上の問題となります。消費者庁は牛脂注入肉を使用している場合は、そのことを明瞭に記載するよう求めています。

対策 : 牛肉には、加工が施してある場合があります。加工肉、成型肉、牛脂注入肉、インジェクション加工肉が使用されている場合、アレルギー表示を確認する必要があります。

## 自宅（祖父母宅）

### 1, 食品購入時

#### よく行き来する祖父母宅での問題点

#### 事例 73 同じメーカーのジュースで…（牛乳）

年齢・性別 : 4 歳 女児

経過 : 祖父母宅にて、いとこの小学生のお兄ちゃんと一緒に遊んでいる最中に、冷蔵庫からジュースを出して一緒に飲んで症状が出てしまいました。いつもと同じメーカーのジュースでしたが、りんごジュースではなくヨーグルト飲料でした。

解説 : 以前飲んだことのあるパッケージのジュースだったため、大丈夫と思ったとのことでした。

対策 : 似たようなパッケージやシリーズで、原材料品目が異なる加工品が販売されています。同じものでも改良で材料変更されていることもありえます。購入時に気をつけることは当然ですが、小さいお子さんでしたら必ず「大人に確認してから飲食すること」を教える必要があります。また、よく行く祖母宅であれば自宅同様に原因アレルギーは置かないようにしてもらいましょう。

### 2, 情報共有不足

#### 見た目がそっくりな代替食に潜む問題点

#### 事例 74 あまり上手に代替食を作りすぎたばかりに…（牛乳）

年齢・性別 : 6 歳 女児

原因 : 牛乳入りアイスクャンディー

症状 : 全身のかゆみとじんま疹

経過 : お友達とおやつと一緒に食べるときに備えて、見た目がそっくり同じものを牛乳除去して作って準備していました。しかし、母親が席をはずした時に、お友達のお母さんが区別つかなくて与えてしまいました。食べて 15 分ぐらいした時に全身のかゆみとじんま疹が出て間違っただけで与えたことに気づきました。すぐに手持ちの薬を飲ませて症状はおさまりました。

解説 : お友達には牛乳入りの市販のアイスクャンディー、患児には母親の手作りの牛乳除去のアイスクャンディーを準備しておいたのですが、見た目がほとんど変わらないために、お友達の母

親が患児に牛乳入りのアイスクャンディーを与えてしまいました。

対策 : 除去食を行っている場合も、できるだけ同じようにみえるものを与える工夫は大切と考えます。しかし、そのことをみんなで理解していないとこのような誤食につながります。食器を色違いにしたりして区別する工夫が必要です。

#### 事例 75 まさかお代わりの時に間違うなんて… (牛乳、小麦)

年齢・性別 : 14歳 男子

原因 : 家族用のシチュー

症状 : アナフィラキシー

経過 : 夕食のシチューで、自分でお代わりする際に、アレルギーの入った家族用のシチューを患者自身が誤って食べたところ、じんま疹、咳、喘鳴、腹痛、嘔吐が出現し病院を救急で受診、点滴等の処置で症状は改善しました。エピペン<sup>®</sup>を所持していましたが、自宅で注射するタイミングがわからず、使用できませんでした。

解説 : 以前は、家族全員がアレルギー対応のシチューを食べていましたが、今回は患者の年齢も高く、見た目も味もまったく違うシチューをアレルギー用と家族用に別々のお鍋で作りましたが、患者本人が確認しませんでした。

対策 : 中学生でもあり、あれこれ言われるのが嫌だろうと、本人まかせが事故を招きました。アナフィラキシーまで起こしており、家族が患者と異なるものを一緒に食べる時は自宅といえども、はっきり区別できるような工夫が必要です。エピペン<sup>®</sup>を使用するタイミングは医師とよく相談しておく必要があります。

#### 留守中に面倒を見てくれる人には十分な情報を伝えましょう

#### 事例 76 母親の留守中におじいちゃんが… (鶏卵、牛乳)

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : 卵と牛乳入りのビスケット

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 母親の留守中に、同居していない祖父が卵と牛乳入りのビスケットであることを知らずに与えてしまい、全身にじんま疹が出ました。祖父から連絡を受けたので、すぐ救急車で病院に連れて行ってもらいました。

解説 : 同居していない祖父は孫が牛乳アレルギーとは知っていましたが、除去の内容について詳しく聞いていなかったため、卵と牛乳入りのビスケットを与えてしまいました。

対策 : 除去食を行っている場合、患児をとりまく家族全員がその内容を知ることが大切です。お母さんの留守中でも食べていけないものがわかるように、具体的に記載した表を目につくところに貼っておくのも良いでしょう。

### 事例 77 アレルギーと知っていたが、ほしがる孫に少しくらいと… (小麦)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 菓子パン

症状 : 顔面の発赤、じんま疹

経過 : 祖父に子供を預かってもらっていた時に、置いてあった菓子パンを見つけ欲しがりました。食物アレルギーがあるとの認識はあったのですが、かわいそうに思い、少しくらいなら大丈夫だろうと食べさせてしまったところ、顔にじんま疹が出てしまいました。

解説 : 原因食品でも少しくらいならよいだろうと、安易に与えてしまったことが原因です。

対策 : 家族内での理解を深めてもらい、聞き分けの難しい年齢の子の前にアレルゲン食品を置かないことも大切です。

### 3, 食品の整理整頓

アレルゲン食品や家族・兄弟などの食べ残しなど、そのままにしておくは大変です

### 事例 78 まさか触るとは… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : 生クリーム

症状 : 眼の周りの発赤と腫れ、体の痒み

経過 : 子供は別の部屋で遊んでいたのですが、保育園でもらった誕生日ケーキの入った箱をテーブルの上に置いたまま、台所で食事の支度をしていました。しばらくして、「おかあさん」と呼ぶ声がしたので行くと、ケーキの箱の中に手を入れて生クリームをなめていて、眼の周りが赤く腫れて、全身を痒がっていました。

解説 : 箱に入っていたが、子供の手の届くテーブルの上にあったケーキの生クリームをなめて症状が出ました。

対策 : 手の届くところには患児の原因アレルゲンを含む食品を置かない。また本人に食べてはダメなものの自覚を促すことも必要です。

### 事例 79 お兄ちゃんのラムネを自分のと同じお菓子だと思って… (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : ミルクカルシウム入りのラムネ

症状 : 顔面の発赤と喘鳴

経過 : 一部のラムネは食べていたので、兄が食べているミルクカルシウム入りのラムネを見つけて食べてしまい、顔面の発赤と喘鳴が出現しました。かかりつけの小児科に受診し、吸入と内服を行い症状は改善しました。

解説 : 兄の食べているラムネを自分の食べているものと区別できずに食べて、症状が出てしまいました。

対策 : アレルゲンとなるものは家に置かない、または手の届かない場所に置くなど、家族の協力も大切です。喘鳴は重篤なアレルギー症状のサインなので、病院を受診して適切な対応をしてもらう必要があります。

#### 事例 80 お兄ちゃんがもらったチョコレートを知らない間に… (ピーナッツ)

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : ピーナッツクリーム入りのチョコレート

症状 : 顔と体にじんま疹

経過 : 兄の学校のクリスマス会で配られたチョコレートを知らないうちに食べてしまい、顔と体にじんま疹が出ました。ラベルを調べたらピーナッツクリームが入ったチョコレートでした。

解説 : 見た目だけではピーナッツが含まれるかわからないチョコレートを食べて症状が出てしまいました。

対策 : アレルギーの子どもがいる場合、兄弟がもらって帰ってきた食品は、すばやくアレルギー児の見えない場所に片づける必要があります。

#### 事例 81 食べ残しには注意を！ (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

症状 : じんま疹、咳

経過 : 兄弟が飲んだ飲みかけのコップの牛乳を、お茶が入っていると思って飲んでしまい、じんま疹と咳が出ました。

解説 : 飲みかけのコップからの牛乳の誤食は報告が多く、兄弟に食物アレルギーがない家庭での報告が多いのが現状です。

対策 : 牛乳アレルギーは、数滴というごく少量でも症状が誘発されることがあり、原因アレルゲンは子どもの手の届かない場所に置く必要があります。

#### 事例 82 食卓に残されたスプーンにカフェオーレが… (牛乳)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : スプーンについたカフェオーレ

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 朝食で父親がカフェオーレを飲むのに使用したスプーンを、食卓に置きっぱなしで会社に出かけてしまったことに気づきませんでした。子どもが食卓に残されたスプーンをなめてしまい、その後、急にぐったりし、多量に嘔吐し、全身にじんま疹が出たので病院に連れて行きました。

解説 : スプーンに残ったわずかの牛乳がアレルギー症状をひき起こしました。ごく少量のアレルゲンでも患者によっては重篤な症状の原因となります。

対策 : 食物除去をしている場合、食物そのものはもちろんですが、調理に使用した器具や、食器まで注意が必要です。調理したらすぐに洗う、食器はただちに片付けるといったことで、このような誤食は回避できます。

### 事例 83 身近にアレルゲンは置かないこと！（牛乳）

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : 牛乳を浴びた

症状 : アナフィラキシー

経過 : 兄の飲み残しの牛乳を取り上げたところ、患児がとびかかったため牛乳を頭から浴びてしまいました。過去に微量でアナフィラキシーをおこした既往があるため、誤食時の緊急時薬を飲ませ、直ちに病院を受診しました。病院を受診した時点で、アナフィラキシー症状が出現しましたが、迅速に処置がおこなわれ大事にいたることはありませんでした。

解説 : 低年齢の場合、予期せぬ行動をおこすことがあります。身近に、アレルギーの原因となるものを置かないように努めるしかありません。兄弟が飲んだり、食べたりする場合は、場所をきめて残したものはすみやかに片づけましょう。この事例では、アナフィラキシーの既往があることから、自宅で緊急時薬を内服して病院を受診したことが、大きな事故にならずに済んだ要因となっています。

### 事例 84 お兄ちゃんの食べこぼしに卵が…（鶏卵）

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : 卵焼きの食べこぼし

症状 : アナフィラキシー

経過 : 10ヵ月ごろまで重症のアトピー性皮膚炎でしたが、スキンケア・軟膏塗布と卵の除去で皮膚炎はほぼ治っていました。卵料理はまったく食べないようにしていたのですが、4歳の兄の卵焼きの食べこぼしを患児が口に入れてしまったようで、その直後に口唇から顔全体の発赤、腫脹および喘鳴、呼吸困難が出てきました。救急車を呼んで病院に連れて行きました。

解説 : 過敏症状の強いお子さんでは、ごく少量でも症状が誘発されることがあります。

対策 : 食物アレルギーの強いお子さんのいる家庭では、家庭内にアレルゲンとなる食品は置かないようにするのが一番ですが、置かざるを得ない時には、患児がアレルゲンに触れることがないように、十分に注意することが必要です。

### 事例 85 まさか生ゴミのふたを開けるなんて、ゴミ箱の中のタマゴの殻が…（鶏卵）

年齢・性別 : 4歳 女児

原因 : ゴミ箱に捨てられていた卵の殻

症状 : 顔面のかゆみと腫脹

経過 : 母親が台所に入ると、子どもが顔を掻きむしりながら、泣いていました。見ると顔が真っ赤

に腫れており、手にはゴミ箱から拾い出したと思われるタマゴの殻がにぎられていました。水で顔を洗って症状は軽快しましたが、念のため主治医に相談して飲み薬を飲ませました。

解説 : 生ゴミの卵の殻に残っていた微量タンパク質による症状です。

対策 : アレルゲンの除去は、ゴミの後片付けまで慎重に対処することが必要です。

#### 4, 食事中の配慮の不足

##### 事例 86 お兄ちゃんの食事に手をのぼして… (イクラ)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : 手巻き寿司 (イクラ巻)

症状 : 全身のじんま疹

経過 : 夕食の手巻き寿司を兄弟2人だけで食べていたところ、患児がつい手を伸ばして兄のイクラ巻きを食べてしまいました。食べた直後から全身のじんま疹が出てきたため、すぐに手持ちの薬を飲ませました。

解説 : 小さなお兄さん、お姉さんにまで除去食を理解させることは難しいでしょう。しかし事例のように少量を口にただけでもアナフィラキシーとよばれる重篤な症状が起きることがあります。除去しているものを食卓に出す場合は細心の注意が必要です。

対策 : 原因食品の除去食が、家族みんなの心理的負担にならないよう、小さな兄弟にもわかりやすいように食物アレルギーを話してあげてください。機会があれば除去食をしている兄弟の診察に付き添って、主治医の先生から話してもらうのも良いでしょう。

#### 5, 極微量でも症状が出る子もいます

##### 事例 87 ヨーグルトを食べたお姉ちゃんのクシャミが顔に飛んで… (牛乳)

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : ヨーグルト

症状 : 顔面のかゆみと腫れ

経過 : 生後1ヵ月より牛乳除去を継続していました。おやつ時間に4歳のお姉さんがヨーグルトを食べていて、患児の顔の前で大きなクシャミをしました。そのクシャミ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。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 : お姉ちゃん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。クシャミのように避けられないこともあります。

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戴いておくことも大切です。アナフィラキシーとよばれる重篤なアレルギー症状の既往がある場合には、即効性のあるエピペン®という自己注射用の薬を処方して

もらうのもよいでしょう。

**事例 88 兄弟が食事中に食べながら熱っぽく話していたら… (魚)**

年齢・性別 : 7歳 男児

アレルギー : 魚

原因 : 口から飛び出した魚のかけらあるいは唾液

症状 : 発赤、かゆみ、じんま疹、目の充血

経過 : 食卓の向かい側に座った兄が、魚を口に入れたまま話をしていたところ、急に目や顔が痒くなってきました。

解説 : 目に見えない程度のアレルギーでも、食物アレルギーが重症であれば、アレルギー反応が起こることがあります。

対策 : アレルギーの強い子供さんがいる家庭ではその子にあわせた献立を考え、家族みんなで同じものを食べるようにするのがよいでしょう。どうしてもできない場合は、時間や場所をずらして食事をするようにし、魚料理を食べたあとは歯みがき、うがい、手洗いをしてから、アレルギーのある子供と接するようにしましょう。

**事例 89 クッキーを食べたお兄ちゃんがそばにいたら妹に異変が起きました (小麦、そば)**

年齢・性別 : 7歳 女児

原因 : 兄が食べたクッキー

症状 : アナフィラキシー (顔の紅斑と喘息発作)

経過 : 兄がクッキーを食べ、その後、口も手も十分に洗ったにもかかわらず、一緒に遊んでいたら顔が赤くなり、喘息症状が出てきました。緊急常備薬を内服し、病院を受診し、点滴で症状は治まりました。

解説 : クッキーを食べたあと、兄は手と口を洗ったにもかかわらず、症状が出てしまいました。衣類などにクッキーのかけらがついていていた可能性もあります。

対策 : お子さんが強いアレルギーを持っている場合、家族にも協力してもらい、家庭内にアレルギーとなるものを置かないようにする必要があります。特に外出先や、お友達の家などでは注意が必要です。

**事例 90 家族が手をよく洗わずに子供を抱いたらアレルギーが出ました (牛乳)**

年齢・性別 : 7ヵ月 女児

原因 : 牛乳を飲んだあとの唾液か、手に残った牛乳

症状 : 発赤、じんま疹

経過 : 父親が牛乳を飲み、そのままうがい手洗いをせずに子供を抱いたところ、父親の手が触れた首の後ろにじんま疹が出ました。

解説 : 食物アレルギーが重症な場合、触れただけでもアレルギー症状が出てくることを知っておく。  
対策 : 原因食品を食べたあとは、うがい手洗いをしてから、子供に接するようにする。

#### 事例 91 触っただけでも、症状が出ます！（鶏卵）

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 手に付着していた卵

症状 : 接触部位の皮膚の発赤・かゆみ

経過 : 鶏卵を材料に、カップケーキを作っていた姉が、保育園から帰ってきた弟を抱き上げたところ、接触部位がみるみる、赤くなりかゆみが出現しました。直ちに、接触した部位を流水で洗い流して、症状が軽快しました。

解説 : 姉が、鶏卵を触った手をしっかり洗わなかったために、接触によるアレルギー症状を起しました。経口摂取以外にも食物アレルギーが起きることもあります。

対策 : 家族に食物アレルギーがある場合は、家族全員が認識して、手も含め原因食物が付着した場合は十分に洗うなどして、注意することが大切です。

### 6, 食物アレルギーが関与する乳児アトピー性皮膚炎があります

初めて与える食品でも注意が必要です

#### 事例 92 はじめて与えたミルクで...（牛乳）

年齢・性別 : 3ヵ月 乳児

原因 : 粉ミルク

症状 : 全身のじんま疹

経過 : アトピー性皮膚炎があり母乳栄養で育てていました。母が風邪薬を服用する間、母乳中止の指示が出たため、初めて粉ミルクを飲ませました。顔が赤くはれて眼の周囲が腫れました。

解説 : 乳児期のアトピー性皮膚炎には食物アレルギー(卵・乳・小麦・大豆など)が関与する場合があります、今回は初めて飲ませた粉ミルクでアレルギー症状が出現しました。

対策 : アトピー性皮膚炎の乳児には即時型の食物アレルギーが合併する場合がありますので、初めて粉ミルクを与える時には注意が必要です。



## 友人宅（友人との食事会）

**事例 93** 友達の親子パーティーに参加したら、子供がおやつに手を出して…（鶏卵、牛乳、小麦）

年齢・性別：1歳 男児

症状：じんま疹

経過：パーティーに参加した子供に年齢幅があったため、小学生の子ども達用のビスケットに、食物アレルギーのある1歳の子が手を出してしまいました。30分ほどしてじんま疹に気づいたため、手持ちの内服薬を飲ませ、しばらくしたら落ち着きました。

解説：パーティーに参加する前に、参加者の年齢構成や、食事や軽食の内容などを確認していなかったため、今回のようなことが生じました。

対策：食物アレルギーを持つお子さんとパーティーや集会に参加する時には、あらかじめ、食べられるおやつや食事を持参しておくといいでしょう。また、パーティーの主催者や参加する人に、食物アレルギーのことをきちんと伝えておくことも重要です。

**事例 94** お友達の家で提供された食事だったので、断れず、少しぐらいなら大丈夫と思い…（牛乳）

年齢・性別：13歳 女児

アレルゲン：牛乳

症状：アナフィラキシー

経過：お友達のうちで、スティックチーズがおやつに出されました。食べてはいけないことはわかっていたのですが、少しならいいと思い、食べてしまいました。食べた直後から唇が腫れ、息苦しくなり、喘息発作が出ました。自宅で安静にしていたら、2時間ぐらいで症状は治まりました。

解説：年長児の場合、遠慮もあり、お友達の家で出されたものを食べられないとは言えず、つい食べてしまうということがあります。

対策：子供が自分では言いにくいこともあるので、あらかじめ親が先方に連絡をしておく方が良いでしょう。食べてしまった時、すぐに対応できるように、緊急時薬を携帯することも忘れないように。

## 園・学校・施設

### 1, 食物アレルギーに関する知識の不足による事例

#### 食物アレルギーのことを知らないスタッフが起こした事例

##### 事例 95 園でおやつのおかわりを間違えて配膳（鶏卵）

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : 園でだされた卵入りクッキー

症状 : じんま疹

経過 : 4月の慣れないバタバタしている時期に、卵アレルギーの園児がおやつのおかわりをしたところ、先生が間違えて食べていけない卵入りのおやつをあげてしまい、食べたところ、じんま疹が出ました

解説 : 先生は新任初日で、仕事に慣れていませんでした。そのため、食物アレルギーに十分注意を払わず、あげてしまったそうです。また、おかわりということで、注意がおろそかになっていた可能もあります。

対策 : 先生が保育に慣れていない場合、特に食事の時間は、先生を増やし、食物アレルギーの園児に注意を払う必要があります。また、新任の先生にも、事前に食物アレルギーの知識をつけてもらうことが大事です。

##### 事例 96 カルピスは牛乳からつくるの？（牛乳）

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : 乳酸菌飲料（カルピス）

症状 : じんま疹

経過 : 園の先生がおやつ時に乳酸菌飲料（カルピス）を飲ませてしまいじんま疹が出ました。

解説 : 先生はカルピスが牛乳から出来ていることを知りませんでした。

対策 : 食物アレルギーの患児がいる園では、食べさせる食品の原材料は事前に調べておくべきです。

##### 事例 97 えっ！ それの原因だったの？（牛乳）

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : 牛乳石鹸

症状 : 手洗い後の手の発赤

経過 : 園で手洗いの後、手首から指にかけて時々赤くなることがありました。原因は分からないまま同じ症状を繰り返していましたが、ある日、母が園に問い合わせると「石けんは各家庭から持ち寄ってもらい、皆で使っている。銘柄の指定はしていない」と言われました。確認すると、牛乳石けんも含まれていました。共用の石けんを使わなくなると、手が赤くなる症状は出なくなりました。

解説 : 当初、誰もまさか石けんが原因でアレルギー症状が出るとは思っていなかったため、同じ症

状を繰り返していました。食物アレルギーのお子さんは、原因食品を食べる以外に、触ったり、吸入することによっても症状が出るおそれがある事を、保育士は知っておく必要があります。

対策 : 園で共用の石けんを家庭から持ち寄ってもらう際は、食品成分が含まれていないものにし  
しょう。

## 2, 情報共有不足による事例

### スタッフ間での情報共有が不十分であった事例

#### 事例 98 間違って渡されたアメとパンケーキ、先生どうして？（鶏卵、牛乳、小麦）

年齢・性別 : 5歳 女児

原因 : フルーツアメ（牛乳入り）・卵と牛乳を除去したパンケーキ（小麦）

症状 : 全身のじんま疹と喘鳴

経過 : 食物アレルギーについて担任の先生には話してあったのですが、担任の不在中に、牛乳入りのフルーツアメや、小麦で作られた卵と牛乳を除去したパンケーキが配られたりしたことがありました。アメの場合は軽いじんま疹で、すぐ主治医と電話で相談をして、抗ヒスタミン薬内服のみで落ち着きましたが、パンケーキの場合はじんま疹に加えて喘鳴まで出現し、救急車で病院へ搬送され入院となりました。

解説 : 担任の先生以外の保育園スタッフが、この児の原因食物をきちんと把握していなかったため生じました。

対策 : スタッフ全員が、患者の情報を共有することが大切です。できれば数ヶ月に一度スタッフ（園長・担任・給食責任者）と養育者で情報交換をする機会があると良いです。主治医に食物除去の指示書を記載してもらい、症状が出た時の対処方法を文書で園に伝えることも重要です。

#### 事例 99 延長保育の時間におやつを食べて（鶏卵）

年齢・性別 : 1歳 男児

原因 : 卵を使用したプリン

症状 : じんま疹

経過 : 延長保育の時間におやつが出ました。担任の先生は食物アレルギーについて理解していましたが、そのときは別の先生が担当していました。担任でない先生は児の卵アレルギーのことを聞いておらず、卵を使用したプリンをおやつで与えてしまい、食べた直後から児に全身にじんま疹が出現しました。

解説 : 掲示板には食物アレルギー児の情報が記載されていましたが、直接担当の先生に伝達はなく、掲示板の確認を怠ったため、原因アレルゲン入りのおやつを渡してしまいました。

対策 : 食物アレルギーのことを掲示板に記載するだけでなく、直接しっかり伝達すること。また、配膳トレーに原因アレルゲンを記載したカードを載せることも配膳の間違いを防ぎます。食物アレルギー児のエプロンに、アレルギー情報を大きく記載するのも良い方法と考えられます。

## スタッフと家族の情報共有の不足による事例

### 事例 100 託児所は、万全のアレルギー対応とっていたら… (鶏卵、牛乳、ソバ、ピーナッツ)

年齢・性別 : 2歳 女児

アレルギー : 卵・牛乳・ソバ・ピーナッツ

原因 : 他人のお弁当

症状 : じんま疹、咳、喘鳴

経過 : 母親が子育てのセミナーに出席するため、主催者側が用意した託児所に預けたとき、他人のお弁当に入っていた卵焼きを食べてアレルギー症状を起こしました。じんま疹、咳、喘鳴まで生じ、救急病院で点滴治療となりました。

解説 : 宅児所のルールとしては、「具なしおにぎり、お茶のみ」であったのにもかかわらず、ルールを守らない出席者がいたために起こったと考えられます。

対策 : 託児所に食物アレルギーの子どもを預ける時は、主催者側に伝えておく必要があります。「具なしおにぎり、お茶だけ」というルールのみで、食物アレルギー対応であると判断はできません。託児所のルールを守らない人もいるので、誤食事故が起きないように、主催者側もしっかり目を配る必要があります。

### 事例 101 先生が「残さないように」と言ったため… (キウイフルーツ)

年齢・性別 : 10歳 男児

原因 : 給食にでたキウイフルーツ

症状 : 全身じんま疹、咳、喘鳴

経過 : 本人はキウイフルーツを食べて、喘鳴が出たことがあるため、医師からも食べないように指示されていました。しかし、先生から給食に出されたものは残さないようにと言われたため、無理に食べたところ、全身じんま疹と咳、喘鳴が出現しました。学校から救急外来へ搬送され、抗ヒスタミン薬の内服、気管支拡張剤の吸入、ステロイドの点滴注射などをして落ち着きました。

解説 : 保護者からの食物除去依頼書の提出も医師からの指示書もなく、学校からの聞き取りもなかったことにより、事故が起きました。

対策 : 専門医による正しい食物アレルギーの診断が下った場合は、医師の指示書とともに、給食対応の依頼書を提出するのが、良いでしょう。学校では、担任の先生、養護の先生、栄養士さんとの話し合いの場をつくってもらうようにして下さい。医師からの園・学校生活管理指導表(食物アレルギー)も有用です。

## 給食センターと施設間の情報交換が不足すると

### 事例 102 給食で使っている業務用豆板醤のメーカーが変更になって (ピーナッツ)

年齢・性別 : 11歳 男児

原因 : 調味料(豆板醤)

症状	: じんま疹
経過	: いつもの業務用豆板醤が、メーカーの製造中止になり、急に別の物に変更となり、回鍋肉に使用されました。生徒が口に入れて、痛みを先生に訴えたため、学校側からの給食センターへの問い合わせの結果、ピーナッツオイルが使用されていることがわかりました。
解説	: いつもの給食で使っている業務用豆板醤のメーカーが変更になってその変更先のメーカーのものにピーナッツオイルが入っていたため誤食事故を起こした症例です。
対策	: 給食で使用の食品メーカーが変わる際には、少量しか使わない調味料ひとつにしても必ず連絡がもらえるように学校の先生に事前にお問い合わせしておきましょう。 学校側も、アレルギー物質表示を確認して、保護者に連絡することが重要です。

### 3, 食事（給食・おやつ）献立や食事におきた事例

献立の確認は複数の人で行ったほうがよい

#### 事例 103 お母さんが「オムレツ」を見落としちゃった！（鶏卵）

年齢・性別 : 7歳 女児

原因 : 学校給食のオムレツ

症状 : じんま疹、皮膚のかゆみ、口唇・口腔の違和感

経過 : 学給食のオムレツを1口食べてしまいました。5分以内に、じんま疹、皮膚のかゆみ、口唇、口腔のピリピリ感があり、本人がすぐに吐きだして、口の中を洗ったため、大事には至りませんでした。

解説 : 卵アレルギーがあるため、給食のメニューで卵料理が出る場合は、母親が代替食を持参することになっていましたが、母親がメニューを見落とし、代替食品を持たせなかったため、本人は配膳されたまま食べてしまいました。担任の先生も、この児の食物アレルギーに対して理解が不十分で、給食内容も母親まかせで、注意を払っていませんでした。

対策 : 誤食事故を防ぐには、二重、三重のチェックが必要です。給食対応は母親まかせではなく、学校全体で食物アレルギー児を把握し、注意しなければなりません。

#### 事例 104 給食で出されたキムチでじんま疹が…（ゴマ）

年齢・性別 : 9歳 女児

原因 : キムチ

症状 : じんま疹

経過 : 給食で出されたキムチを食べたところじんま疹が出ました。献立表にはゴマの表示は無く、除去指定ですが配膳されていました。後で確認したところゴマが入っていることが判明しました。

解説 : ゴマ除去と伝えてありましたが、献立の原材料にゴマの表示がなかったので家族は気がつきませんでした。

対策 : ゴマはアレルゲン食品表示の対象ではありませんが、ゴマアレルギー症例が増えてきています。ゴマアレルギーであることを伝え、献立表の原材料にゴマも記載してもらうようにしましょう。(2014年からゴマもカシューナッツと一緒にアレルゲン表示の特定原材料に準じる食品(表示推奨)に指定されました。)

#### 事例 105 食材がよくわからない料理だったのだけど… (ゴマ)

年齢・性別 : 1歳 女児

原因 : 豆腐チャンプルー

症状 : じんま疹、目のかゆみ、眼球充血、喘鳴

経過 : 月初めに、献立表をもらい、除去をしてもらう料理をチェックし、提出していました。食材の中には、ゴマ油を使用しているか、使用していないかわからなかったため、除去をチェックせずに提出してしまいました。残念なことにゴマ油が混入しており食べた直後よりじんま疹、目のかゆみ、眼球結膜充血、喘鳴まで生じてしまい病院を受診しました。

解説 : わからない食材の部分を、しっかりと確かめなかったために誤食してしまいました。

対策 : 献立表をチェックして、アレルゲンかどうか、わからない食材が使用されている場合は栄養士さん、調理師さんに必ず確かめるようにしてください。原因アレルゲンが入っているかどうかわからない料理は原則として除去する方が安全です。

#### 給食の献立に関する事故；メニュー誤りや事前チェック誤り

#### 事例 106 栄養教諭が原因アレルゲンを含むメニュー(料理)にマークするのを忘れたために… (牛乳)

年齢・性別 : 7歳 男児

既往 : 微量の牛乳でアナフィラキシー

原因 : 牛乳を含む米粉パン

経過 : メニュー(料理)ごとではなく、メニュー(料理)全体をまとめて原材料を記載した献立表を使う学校です。栄養教諭が、原因アレルゲンを含む料理があると、サインペンでマークをつけて、保護者に伝える方式でした。牛乳を含む米粉パンでしたが、栄養教諭がチェックを忘れてしまいました。患児はそのパンを食べたためアナフィラキシーとなり救急車で病院へ運ばれました。

解説 : 2つ問題があります。

1, 栄養教諭が原因アレルゲンである牛乳が含まれるメニュー(料理)である米粉パンにマークを忘れたこと。しかし、栄養教諭も人なので、ヒューマンエラーが起きうると考え、起きて、二重のチェックができる献立表とチェック体制を作るべき。

2, メニュー(料理)全体の原材料をまとめて記載した献立表(表6、表9)だと、マーク忘れがあると担任や保護者がみても、米粉パンに牛乳が含まれているかわからない。

対策 : メニュー(料理)ごとに原材料を記載する(表9)。そうすれば、誰がみても原因アレルゲンがどのメニュー(料理)に入っているか、判断できる。このような献立表であれば、園・学校側

(栄養教諭、保育士、担任)、保護者によって、二重・三重のチェックができる。また、栄養教諭がマークすることを間違えても、保育士・担任や保護者が気づく。

## 食事中の観察

### 事例 107 友達からおやつをもらってしまって… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : 牛乳入りのアメ

症状 : じんま疹

経過 : 園が主催のサマーキャンプの帰りのバスの中で、おやつタイムとなり、たまたま隣の席の友達が、持参していたおやつ(牛乳入りのアメ)を牛乳アレルギーの友達にあげてしまい、食べたアレルギー児はじんま疹が出現しました。

対策 : 食物アレルギーを理解できない年齢では起こりやすい事故です。おやつタイムの間も、園児の観察が大切です。

### 事例 108 目印のラップがはがされていたので… (牛乳)

年齢・性別 : 2歳 男児

原因 : 牛乳

経過 : 牛乳と小麦アレルギーのために、代替食として豆乳を飲んでいました。しかし、隣に座っていた子の牛乳を飲ませてしまいました。

解説 : 給食の飲み物を入れるコップには園児の名前を記入し、さらに、アレルギーの園児のコップにはラップをつけて、区別するようにはしていました。たまたま、他の子と同じ絵のついたコップだった上に、ラップがはがれていたために間違えてしまいました。

対策 : 本事例は名前を確認すれば起きなかった事例です。名前だけではなく、絵や色が違っておれば、気づいたかもしれません。ラップなどはずれるおそれのあるものだけの目印は避けましょう。

### 事例 109 園でおかわりのシチューを食べて… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : おかわりのシチュー

症状 : じんま疹、嘔吐、腹痛

経過 : 園では牛乳除去食となっていました。牛乳除去のシチューを食べた後、おかわりをしました。そのとき、誤って牛乳除去でないシチューをおかわりで食べさせてしまいました。食べ終えた直後に腹痛を訴え、嘔吐し、全身にじんま疹が出ました。母親と連絡をとり、主治医の病院に搬送し、ステロイドの点滴注射等の処置で症状は軽快しましたが、大事をとってその日は入院することになりました。

解説 : 牛乳入りも、牛乳除去のシチューも見た目はまったく区別がつかないため、除去食は色の違うお皿とスプーンが使用されていましたが、お代わり用は、お皿の色は除去されていないものと同じ色で、スプーンのみ、色を変えてあったそうです。そのため、除去されていないシチューが間違っ て与えられてしまいました。

対策 : 普通食と除去食とを誰がみても区別できるように、除去した原因アレルゲンを明記したカードをつけるべきです。色をかえたり、スプーンの形を違えたりするだけでは、区別のルールを知らないスタッフには判断できません。  
配膳する時は、指差し呼称で確認することも大切です。

#### 献立表作成のポイント

##### 事例 110 献立表の付せんがはずれていたために… (牛乳)

年齢・性別 : 12歳 女児

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : 学校給食で出たカレーライスを食べた後、全身じんま疹と喘鳴を伴う呼吸困難、意識朦朧状態となり、救急車で病院に搬送されました。栄養教諭は患児が牛乳アレルギーであり、アナフィラキシーを起こしたことがあるとの情報を持っていました。そして、当日のカレーライスに脱脂粉乳が含まれていることを献立表に付箋をつけて患児の保護者に配布しました。しかし、患児の母親は、付箋が外れていたためか、そのことに気づきませんでした。また、それ以前に出ていたカレーライスには脱脂粉乳は含まれておらず、普通に食べていたことも気が付かなかった要因でした。

解説 : 家族と学校側にはアレルギーの情報があつたにもかかわらず、乳の除去ができなかったことが、今回の事例を引き起こした原因です。付せんでのお知らせは、この事例のようにはがれてしまうこともあり注意が必要です。

対策 : 献立表は(表9)、園・学校側職員(栄養士、調理師、保育士、教諭)と保護者とで、同じ献立表を二重チェックできるようにすべきです。その際、見やすい献立表となるよう工夫して下さい。付せんでのマークは、はずれるおそれがあるのでやめるべきです。

#### 4. 給食以外の学習活動の事例

##### 事例 111 シャッキリが止まらなかったので友達が麦茶をくれました、そしたら… (大麦)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : 麦茶

症状 : じんま疹

経過 : 園で遊んでいるとき、シャッキリがとまらず困っていました。そのとき、一緒に遊んでいた友達が、親切に、自分の持っている麦茶をくれました。麦茶を飲んだところ、全身にじんま疹が出ました。

解説 : 自由遊び中で、先生が目が行き届かないときに起こりました。また、食事の時間ではなく、



遊びの時間だったため、先生も誤食の危険を予測していなかったと思われます。麦茶は大麦アレルギーがあっても多くの患児は飲むことができますが、大麦アレルギーの強い患児はアレルギーを引き起こすことがあります。

対策 : 園のスタッフ全員が食物アレルギーのことを把握し、食事の時間以外も、目を配ると同時に、他の園児にも食べられないものがあることを知ってもらい、飲み物や食べ物の交換をしないように説明することが大事です。

### 事例 112 お泊まり保育でのアレルギー代替食で（牛乳）

年齢・性別 : 5歳 男児

原因 : お泊まり保育中のレストランでの代替食

経過 : お泊り保育に行きました。幼稚園の園長先生と食事で打合せを行い、夕食は除去食の予定でしたが、宿泊先のレストランが配慮して出した代替食を食べたところじんま疹が出現しました。母親から症状出現時に飲ませるように渡されていた抗ヒスタミン薬で症状は軽快しました。

解説 : 宿泊先のレストラン側としては、牛乳の加工食品ではアレルギーは起きないものと考えていたため、せつかくの配慮が事故となってしまいました。安易な代替食は、提供される側もする側も慎むべきです。

対策 : 代替食の場合は、事前にメニューの確認と打ち合わせを行いましょう。

### 事例 113 家庭科の調理実習で（鶏卵、牛乳、小麦、バナナ、ココア）

年齢・性別 : 12歳 男児

原因 : マフィン

症状 : のどの痛み

経過 : 家庭科の調理実習でマフィンを作りました。卵、牛乳、小麦、バナナ、ココアを使用し、オーブンで焼きました。きれいな焼き色になり、先生の指示のもと、取り出し、食べたところ、30分後にのどが痛くなりました。

解説 : 今まで食べて症状がなかったので、特に注意を払っていませんでした。今回、加熱が十分にされていないため、症状が出現した可能性があります。

対策 : 十分に加熱した食品を食べて異常がない場合でも、今回の事例のように加熱が不十分だったりすると症状が出る場合があります。また、調理中に（調理中に使った原材料の後片づけが不十分であれば調理後に）原因食品を吸入したり、接触によってもアレルギー症状を起こすこともあります。

## 外食（ホテル・レストラン）

### 1, 利用する側の事前の確認不足

#### 事例 114 レストランの外食で、鴨の肉だからよいと思ったら…（鶏卵、牛乳）

年齢・性別：1歳 男児

原因：合鴨のロースのソテー

症状：顔面の腫れと結膜の浮腫

経過：お父さんが注文した合鴨のロースのソテーを子供が欲しがったので、鴨肉だから大丈夫だと思って1切れだけあげました。すると、なめただけですぐに泣き出し、数分で顔が大きく腫れ上がり、目の白いところが「どろっ」として「ぶよぶよ」になってしまいました。すぐに手持ちの抗ヒスタミン薬を飲ませ、病院も受診しことなきを得ました。

解説：合鴨のロースのソテーのソースに卵とバターが使用してありました。

対策：レストランでは料理に使用している材料の表示義務はありません。注文の際に、必ず原因アレルゲンの使用や混入がないか、確認しましょう。もちろん、同じテーブルの人全員の料理も確認が必要です

#### 事例 115 こじゃれたお寿司屋さんで（鶏卵）

年齢・性別：9歳 女児

原因：イカの塩焼き

症状：口唇の痛みと腫れ、のどの違和感、じんま疹

経過：地方に家族で旅行にいき、イカの塩焼きを頼みました。ところが、食べた直後から唇の痛みや、のどのおかしな感じ（違和感）が生じましたが、せっかく旅行なので食べ続けました。しばらくすると、唇が腫れあがり、全身にじんま疹が出ました。お母さんが、アレルギー症状に気づき、旅行用にもっていたアレルギーの薬を服用し、しばらくして落ち着きました。

解説：実は、照りを出すためにイカの表面に塗った卵白が原因でした。旅行でもあり、いつもより気をつけていたのですが、初めて入ったお店でもあり、原因アレルゲンの使用について聞くのをつい遠慮してしまいました。

対策：お寿司屋さんでも、思わぬアレルゲンが混入します。卵焼きはチェーン店の場合はセントラル加工で工場生産されていますから、パッケージに表示がありますので、表示の確認をお願いできるかもしれません。店頭で実際に焼く場合は、ふんわりさせるために牛乳やバターや生クリームが入っていることもあります。また、調理する器具の洗浄も不十分な場合アレルゲンの混入もありえます。鉄板焼では、洗浄は閉店間際しかしないと考えたほうがよいと思います。和食だから安心とはいいきれません。お店によっては、職人かたぎで、お願いや細かい確認がたくさんあると、不機嫌になる大将もいるかもしれませんが、食物アレルギーのための除去食品をはっきり言った方が、お互いに気分よく食事をするができるかもしれません。

### 事例 116 旅行先の豆腐とは？（ピーナッツ）

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : ジーマミ豆腐

症状 : じんま疹 咳 喘鳴

経過 : 沖縄旅行の夕食で、ジーマミ豆腐を食べました。初めて食べる食感で、四角い形は同じであり、大豆でできたものと思い、大丈夫と思い食べさせました。食べた直後から全身が真赤になり、咳だけではなく 喘鳴が出現し、ホテルの人に救急車を呼んでもらい救急病院へと搬送されました。アドレナリンの筋肉注射とステロイドの点滴で症状は軽快しましたが、経過観察で、翌日の朝まで1泊入院となりました。

解説 : ジーマミ豆腐は大豆ではなくピーナッツでできたものとは知らなかったために起きました。エピペン<sup>®</sup>など緊急時の薬を携帯しており、迅速に対処しておれば、もっと軽症で済んだかもしれませぬ。

対策 : 土地の名産品を食べることは旅行の楽しみのひとつですが、アレルギー症状を起こすことも想定し、事前に近くにある医療機関の確認や、保険証も忘れずに持って行きましょう。地方の方言は聞き取りにくいこともあり、包装されていない食品はとくに原材料の確認が難しいため注意が必要です。他にも、豆腐の形をしています、「ゴマ豆腐」という名前の（練りゴマを牛乳と葛で固めた）商品でアナフィラキシーを起こした患者もいます。豆腐の形をしていると、大豆と考えますが、思わぬ重篤な症状が出る場合があります。注意が必要です。

### 事例 117 そばを扱っているうどん屋さんで、うどんを注文したけれど（そば）

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : きつねうどん

症状 : 嘔吐

経過 : ソバアレルギーはあったのですが、お店のメニューにはアレルギーの成分の表示がしてあったので、安心してうどん屋さんに入りました。メニューには、調理場での混入に関して記載がないので、十分注意がされていると思えました。注文したきつねうどんを食べて10分ぐらいしてから、口元をかゆがりだし、咳、鼻汁も出て、嘔吐しました。嘔吐してすこし落ち着いてから手持ちのステロイドの内服をして病院に向かいました。

解説 : うどん屋さんですが、そばも取り扱ってました。うどんもソバも同じ釜でゆでていました。そのためきつねうどんにソバの成分が混入したのが原因です。

対策 : ソバアレルギーの場合は、ゆで汁を介しての、微量の混入でも重篤な症状を引き起こすことがあります。そばアレルギーの患者さんはそばも扱ううどん屋さんには入らない方が無難です。

### 事例 118 チェーン店って共通メニューではないの？（鶏卵）

年齢・性別 : 4歳 女児

症状 : アナフィラキシー

**経過** : アレルギー児を持つ友人にファミリーA店のハンバーグ(お子様)はアレルギー対応で食べられたと聞き行きました。友人の言葉をうのみにして、店員に確認せず、そのまま注文し食べさせ、店を出たところでアナフィラキシーが発症しました。アナフィラキシー症状になったので、お子様ハンバーグにアレルゲンが入っているか聞くと、「入っている」との返答でした。「アレルギー対応の商品」を聞くと「当店はハンバーグではなく、カレーがアレルギー対応です。」とのことでした。店舗によって違ったのです。

**対策** : 原材料は季節ごとに変更されることがあります。店舗により限定商品もあります。今までよかったという経験が、つい確認忘れをすることに繋がります。また、他のチェーン店でも大丈夫でも毎回どの店でも確認をすることが大切です。普通のレストランではアレルゲンの混入は起きうると思えるべきです。調理台のふきんでお皿のソースをふいたり、包丁も洗わずふきんで拭うだけで次の調理にとりかかるシェフも多いです。

## 2, 食事を提供する側(ホテル・レストラン)の問題

### スタッフの食物アレルギーに関する知識不足

#### 事例 119 フライドポテトに小麦粉が…(小麦)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : フライドポテトのころも

症状 : じんま疹と咳

**経過** : 息子が『ハンバーガーのお店』で、ジュースとフライドポテトを食べたいと言いました。店員さんに、口頭でフライドポテトの原材料を確認したところ、「じゃがいも、塩、油のみ」とのことだったので、食べさせたところ、すぐに咳き込み始め、じんま疹が口周囲から全身にひろがりました。抗ヒスタミン薬をのませて、2時間ほどで治まりました。後日お店に確認したところ、実は、小麦粉がまぶしてあったとのことでした。

**解説** : ポテトに振りかけてあった、小麦による症状の誘発です。

**対策** : お店によって、調理品にいろいろ、手を加えている場合があります。各々のお店で、アレルギーの原因となるものが、原材料以外にも使用していないか確認することが必要です。混入していないことが確実になければ食べないことです。

#### 事例 120 レストランで、頼んだものは…(牛乳)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : 牛乳

症状 : じんま疹、咳、鼻水

**経過** : 牛乳アレルギーはあったのですが、レストランのメニューにはアレルギーの成分の表示がしてあったので、安心してお店に入りました。メニューの表示だけでは心配で、店員さんにも確認して『入っていないですよ』とのことでお子様カレーライスを頼みました。ところが、食べて10分ぐらいしてから、口元をかゆがりだし、鼻水と咳も出てきました。もしかしてアレル

ギーと思い、手持ちの抗アレルギー剤を内服させて症状は軽快しました。

解説 : カレーのルーに脱脂粉乳が入っていました。しかし、調理の工程では牛乳は入れていないのでメニューには牛乳の表示はありませんでした。

対策 : アレルギーの成分の表示義務は個別に包装された加工食品にはありますが、レストランや店頭販売の食品には、表示義務はありません。お店のサービスも向上してきており、親切心から表示している場合もありますが、個別の材料までしっかり吟味することは難しいかもしれません。微量でもアレルギー症状を起こす患者は、調理の行程での混入する微量のアレルゲンにも注意が必要です。レストランなどではアレルゲンの混入がおこりやすいと考えて下さい。アレルギー症状が出た時に適切に対応できるように、緊急時薬を携帯することが必要です。

### 事例 121 牛乳アレルギー用ミルクのはずなのに… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 女児

原因 : クリームシチュー

症状 : じんま疹、口唇の浮腫、咳

経過 : レストランで「牛乳アレルギー用ミルク」を使用したクリームシチューと表示されていたため注文しました。ところが、食べた直後にじんま疹と口唇の浮腫、咳が出てしまいました。薬を飲んで、すぐ主治医を受診して、点滴等の処置で症状は軽快しました。

解説 : レストランが『ペプチドミルク』を牛乳アレルギー用ミルクと勘違いしていました。

対策 : レストランなどの外食産業は、アレルギー対応を銘打つならば、食物アレルギーに対する十分な知識をもつことが必要です。アレルギー対応マニュアルを作成して下さい。メニュー作成にあたっては、アレルギー専門医と相談するのも良いでしょう。

### 事例 122 卵を切った包丁で、フルーツをカットした??? (鶏卵)

年齢・性別 : 4歳 男児

原因 : 調理場での卵の混入

症状 : じんま疹と咳、喘鳴、呼吸困難

経過 : 友人の家族と、ファミリーレストランへランチに行きました。友人が卵入りのミックスサンドを注文しました。息子は、卵アレルギーがあるため、カットしたフルーツを頼みました。息子はカットされたリンゴを食べた直後から、咳が出て、じんま疹が急に全身にひろがり、急いでかかりつけ医を受診し、点滴などの処置で落ち着きました。

解説 : サンドイッチ用の卵を切った、同じ包丁を洗っただけで、フルーツをカットしたために起きた事例です

対策 : 極少量の摂取でも、症状が出るような食物アレルギー児の場合、調理器具による混入まで配慮した店で食事をしなければなりません。微量混入まで配慮してくれるお店をみつけましょう。アナフィラキシーのような重篤なアレルギー症状を経験したことのある症例は、いつでも

どこでもアレルギー症状に対処できるように、エピペン<sup>®</sup>を処方してもらい（保険適応が認められました）、所持すべきです。

### スタッフ間での情報共有不足

#### 事例 123 アレルギー対応食のレストランで何度も確認したのに…（鶏卵、牛乳）

年齢・性別：7歳 女児

原因：シャーベット

症状：アナフィラキシー

経過：アレルギー食対応のレストランに、電話で卵と乳成分の除去が可能か確認して出かけました。デザートにゆずシャーベットが出たので、再度、卵、乳成分が含まれていないことを聞いたところ、「中の者に確認したので大丈夫です」と回答されたので、安心して食べました。すると、食べた直後から、のどや唇がおかしいと言い出し、口唇周囲に数個のじんま疹が出現、手持ちの抗ヒスタミン薬では治まらず、そのうちに顔が紅潮し目が充血し、咳と喘鳴まで出現しました。ステロイド薬を追加内服し、タクシーで病院へ行きました。

解説：複数の要因が重なり今回のようなことが起こったと考えます。

①シャーベット：シャーベットには、牛乳、卵白やゼラチンなどが使用されていることが多く、今回も乳製品が含まれていました。

② レストランの従業員が確認した厨房には、唯一のアレルギー調理担当者が不在で、アレルギーに詳しくないスタッフが大丈夫と判断したために事故が生じたことがわかりました。

対策：患者側は、不測の事態に備えて、エピペン<sup>®</sup>など緊急時薬を携帯する。レストラン側は、料理の原材料を説明できる体制を作る。

#### 事例 124 ウインナーにチーズが…（牛乳）

年齢・性別：5歳 男児

原因：チーズ入りウインナー

症状：じんま疹

経過：温泉に行くことになり、牛乳アレルギーがあることを事前に、旅館と除去食の打ち合わせも済ませていました。ところが当日になって使用している食品の変更がありました。食事に出たウインナーを食べたところ、30分ぐらいして口に中がぴりぴりすると泣きだして、その後、体や顔が赤く腫れて1時間くらいでおさまりました。

解説：除去食の打ち合わせは旅館のフロント担当の人とだけで、フロントの人がメニューを確認し、除去食と判断していました。お子様メニューのウインナーはチーズ入りでしたが、フロントの人はそこまでは知りませんでした。調理担当の人は食物アレルギーのことはまったく知らされておらず、子ども用にチーズ入りのウインナーを出しました。

対策：外食はかなり、リスクがあると認識する必要があります。

極微量で発症し、しかも重篤な症状を呈する食物アレルギー患者は食物アレルギーに対して

配慮がないレストランや旅館では食事しない方が安全です。事前に食物アレルギー対応について確認しましょう。

### アレルギー吸入による症状

#### 事例 125 そば粉が空中を舞っていた！（ソバ）

年齢・性別：6歳 男児

症状：咳 喘鳴

経過：手打ち麺を食べに A 店へ食事に行き、患児はそば以外の丼物を注文しました。注文してまもなく待っている間に咳がはじまり呼吸がおかしくなり慌てて店外へ出ました。店内で、手打ち実演をしていてそば粉が店内に舞っていました。

解説：そばアレルギーの場合、ゆでるお湯を別にするといいと、主治医の先生から聞いていました。今回は念のためにうどんも注文せず、丼を注文したので大丈夫と思っていました。手打ち麺の実演が店の外からも見え、こども達も窓越しに興味深く眺めていたので、引き込まれるようにお店に入りました。

空中に舞っているのに気がついたのは、咳が出てからでした。食べるだけではなく粉塵としてまわっているそば粉を吸引しても症状が出ることも知っておくべきです。

対策：店内で実演ではなくても店内奥で手打ちしていれば、空中に舞っていると考えましょう。お店によっては、うどんにそば粉をまぶしている店もあるとのこと。

## 家庭以外（学習塾、祭り、キャンプ）

食事と無関係と思われるところでも誤食事故が起こりえます

### 1, 学習塾

#### 事例 126 学習塾でご褒美にもらったアメにアレルギー…（牛乳）

年齢・性別 : 8歳 男児

原因 : アメ（いちごミルク）

症状 : のどの痛み、咳込み、喘鳴

経過 : 書道塾で、ご褒美にアメをもらいました。帰宅途中で口に入れて直ぐ違和感があり、はき出しましたが、のどの痛み、咳込み、喘鳴が起きました。自宅でインターールの吸入をしましたが変わりなく、病院へ行き入院となりました。

解説 : このアメがいちごミルクでした。母親から塾の先生に、牛乳アレルギーであることを知らせてなかったためにミルクの入った飴が配られました。また、インターールは喘息発作が誘発されたときに使用しても効果はなく、喘息発作予防の目的で非発作の時に毎日使用するものです。

対策 : おやつも含め食べ物を提供する可能性のある施設の担当者は生徒の食物アレルギー情報を入手すべきです。

#### 事例 127 塾でもらったクッキーに赤い豆、ピーナッツ？（ピーナッツ）

年齢・性別 : 14歳 男子

原因 : クッキー

症状 : じんま疹、咳

経過 : 塾から帰る途中に塾で配られたクッキーを食べました。クッキーの中に赤い豆状のものがあつたが、小豆だと思ったので、全部食べたところじんま疹と咳が出現しました。

解説 : 本人はピーナッツアレルギーということは十分知っていたが、殻つきのピーナッツか白いピーナッツの状態しか知らなかったため、赤い薄皮付きのものはピーナッツだと思わなかったために起きた事例。

対策 : 上記事例（事例 126）の対策に加え、ピーナッツを含む食品についての情報を本人に学習してもらうことも必要です。



## 2, お祭りなど

### 事例 128 五平もちが卵いり？ (鶏卵)

年齢・性別 : 6歳 男児

原因 : 五平もち

症状 : 嘔吐

経過 : 友人に、地元のお祭りに連れて行ってもらいました。「かき氷」と「ポップコーン」だけを食べてもよいと許可しましたが、友人の子供も食物アレルギーがあり、食物アレルギーのことは分かっていると考え、特に確認しませんでした。お祭りで、五平もちを食べて、嘔吐してしまいました。

解説 : 五平もちのたれに含まれていた卵によるアレルギー症状です。

対策 : 屋台などで売られている店頭販売の商品は購入しないようにしましょう。

### 事例 129 床屋でもらったアメにまさか… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 男児

原因 : いちごミルクアメ

症状 : じんま疹

経過 : 父と一緒に床屋に行って、子どもと離れたところで待っていました。床屋のスタッフが子どもによかれと思ってアメをくれました。喜んで食べたところじんま疹が出ました。

解説 : 子どもが美容院や飲食店など様々な店舗でお菓子をもらう場面は多くあります。

対策 : 店舗の職員は子どもには、お菓子などを安易に与えないようにしましょう。また、もらう側も子供が一人になるような場合は、店舗の職員にアレルギーがあることを言っておきましょう。

## 3, キャンプ

### 事例 130 カンテンなら食べられたのに… (ゼラチン)

年齢・性別 : 10歳 男子

原因 : ようかん

症状 : アナフィラキシー

経過 : 班のリーダーが看護師でしたので、子供のゼラチンアレルギーのことは伝えてありました。ようかんにはゼラチンの代わりに寒天を使用する予定でした。しかし、食べている途中から咳が出はじめ、全身のじんま疹が出たため、キャンプ地から連絡がありました。電話で手持ちの内服を飲んで近くの病院を受診するようにお願いしました。病院についたころには症状は軽くなっていたようです。

解説 : 材料である寒天を買出しに行ったはずの買出し当番と調理当番が、十分に情報を把握しておらず、粉ゼラチンを買ってきて調理してしまいました。

対策 : キャンプのリーダーは、食物アレルギーの子どもを参加させる場合には、自分だけではなく調理当番や買出し当番まで、参加スタッフ全員に話しが伝わるように事前に確認しておくべき

です（情報の共有化）。また、参加するスタッフへの食物アレルギーに関する教育も必要です。

### 事例 131 フレンチトーストは卵いり？（鶏卵）

年齢・性別 : 11歳 男子

原因 : フレンチトースト

症状 : じんま疹、嘔気、口腔違和感

経過 : ボーイスカウトのキャンプに参加。昼食に全員でフレンチトーストを焼いて食べました。しかし、フレンチトーストに卵を使っていることを本人（アレルギー患児）が知らずに食べてしまいました。幸い、症状は軽度で、内服、エピペン<sup>®</sup>の筋肉注射をせずに自然に改善しました。

解説 : 患児が「フレンチトースト」の原材料に卵が使われることを知らなかった。

対策 : キャンプ責任者には、参加者の食物アレルギーなどアレルギー情報の収集と対策が求められます。

### 事例 132 ハイキング後のシャーベットに乳清タンパク質…（牛乳）

年齢・性別 : 14歳 男子

原因 : サクレ（シャーベット）

症状 : じんま疹

経過 : ハイキング後に全員にアイスクリームが出され本人には代替でサクレ（シャーベット）が出されました。いつもは、アレルギー表示を本人も確認するのだが、チェックされていると思いつみ、のどもかわいていたこともあり食べてしまいました。同じように上部にレモンがのっているシャビー（アイスの名前）は乳が入っていないため食べたことがあったのも油断につながってしまいました。

解説 : サクレは乳清タンパク質が入っています。牛乳アレルギーの患者には禁です。

対策 : 乳は義務表示のアレルゲンです。アレルゲン表示をみれば誤食は防げます。14歳ならアレルゲン表示をチェックできるよう教育しましょう。

## 旅行

### 1, 機内食について

#### 事例 133 国際線機内食で、事前に卵アレルギー対策をしてくれると聞いたのに…（鶏卵、牛乳）

年齢・性別 : 2歳 女児

症状 : ニアミス

経過 : 旅行の前から卵除去食の手配をして、機内にも用意してありましたが、客室乗務員が理解してなくて普通食が配られました。食べる前に気がついて取り替えてもらいました。

解説 : 機内でアナフィラキシーが生じたら大変です。この例では事前に航空会社に手配をしてあったのですが、客室乗務員全員には伝わっていなかったようです。幸い母親がすぐ気づき無事に食事ができました。

対策 : 事前に航空会社に手配してある場合でも、配膳された時に再確認が必要です。

#### 事例 134 ベジタリアンならよいと思ったら… (牛乳)

年齢・性別 : 3歳 女児

症状 : ニアミス

経過 : ベジタリアンなら乳製品は除去されていると聞いたので、機内食としてベジタリアンを注文しました。しかし、配膳されたものにはチーズがついていました。食べる前に気がついて取り替えてもらいました。

解説 : ベジタリアン食でも除去される内容には差があります。

対策 : 事前に航空会社でどこまで除去してくれるのかよく確認しておきましょう。

## 震災時

### 1, 食品の入手が困難になります

#### 事例 135 震災でせんべいをやっと手に入れることができました (卵、牛乳、ゴマ、小麦)

年齢 : 2歳 宮城県

症状 : アナフィラキシーの既往あり

震災直後の経過 : 東京へ疎開しスーパーで買い物が出来ましたが、食物アレルギーの子どもが食べることができるお菓子はほとんど残っていませんでした。しかたがなく食べられそうなせんべいだけ選んで帰りました。

解説 : 災害時には食料品を含む物資がなくなります。かつ、支援物資も交通手段が悪くなるため、届きにくくなります。さらにアレルギー物資となるとなおさらです。

対策 : 日持ちのするアレルギー食品の備蓄に加え、食べられる缶詰類、スナック菓子、お菓子、レトルト (お湯がないと使えないので水も一緒にポリタンクなどに保存) のおかずやご飯など、準備しておくといよいでしょう。また、誤食の頻度が増えるため、アナフィラキシーのある患者ではエピペン®の使用法などしっかり理解しておきましょう。(参考;アレルギー患者がいる家庭が災害のために準備する備品リスト) (P93、P94 参照)

2, 誤食しやすくなり、合併するアレルギーも悪化します。

3, いつもの薬が不足します。

4, 合併するアトピー性皮膚炎、喘息が悪化します。

**事例 136 共同生活で湿疹が悪化、いつもの医療機関にかかれないので、手持ちの薬（内服薬・軟膏）がなくなりました（鶏卵、牛乳）**

年齢 : 2歳 宮城県

症状 : 湿疹や喘息の悪化

震災直後の経過 : 発災後、親戚や近所の家族と一緒に共同生活をしていました。その中には子どもが沢山いたので、牛乳を飲んだ手や乳製品を食べた手で触られ、徐々に湿疹が悪化していきました。また、災害ゴミの粉塵もひどく、それまでは薬が不要だった喘息が悪化しました。しかし、いつも通っている病院も閉鎖したために、受診することができず、薬が不足し困ってしまいました。

解説 : 大勢の人との共同生活では、アレルギー食を作る余裕もなくなります。加えて誤食や接触による食物アレルギー症状が出やすくなります。そのため誤食時の内服を使用する場面が増えてきます。断水によって入浴ができなくなるためアトピー性皮膚炎が悪化します。埃っぽい環境下に加えタバコの煙などのため喘息発作も出やすくなります。

対策 : いつも使用する薬には名前と分量をメモしておきましょう。薬を飲ませるための飲料水も必要です。またアレルギー外来のある病院のリストの準備もあるとよいでしょう。アトピー性皮膚炎がある人は特に衣類や下着は多めに準備しておきましょう。入浴できなくても体をふけるティッシュやコットンなど、スキンケア用品の準備も必要です。停電のため電動式吸入器が使えなくなります。喘息発作時の内服薬も1週間分は準備しましょう。

## 5、お子さんの情報が周りの人に十分伝わりません

**事例 137 避難所生活で支給された食事の中から食べられそうなものを与えた（鶏肉、小麦）**

年齢 : 3歳 新潟県

症状 : 繰り返す湿疹

震災直後の経過 : 避難所生活で支給された食事から食べられそうなものだけ選んで食べさせていました。しかし食べられそうなものの種類が少なくなり、仕方なく天ぷらやフライの衣を剥いて食べさせていました。鶏肉料理を食べさせた時に背中に湿疹が何度か出たことがありましたが、今思うと小麦がまぶしてあったのかもしれない。

解説 : 避難所生活では食物アレルギーの対応はできないことが多いです。また食物アレルギーは他の疾患に比べ軽く見られがちであり、「こんな時に贅沢を言うな」と言われたり、理不尽な対応を受けた例もあります。食物アレルギーであることを理解していない周囲の人は、アレルゲン食品を知らずに子供に渡してしまうこともあります。

対策 : 自己防衛のため、食物アレルギーであることを示すアレルギー緊急カード（図 11）を子供とはぐれてしまうことを考えて子供に持たせておきましょう。また、炊き出しなどでは遠慮せず、アレルゲンが入っていないかを調理担当者に確認し、可能なら個別のアレルギー対応調理をしてもらいましょう。周囲の人への食物アレルギーを理解してもらうために行政や一般の人にアレルギー疾患の説明パンフを配布（日本小児アレルギー学会ホームページからダウンロードできます）してもらうよう働きかけも必要です。