

食物アレルギーを考える

みどりの風こども園ひろた 保育参観

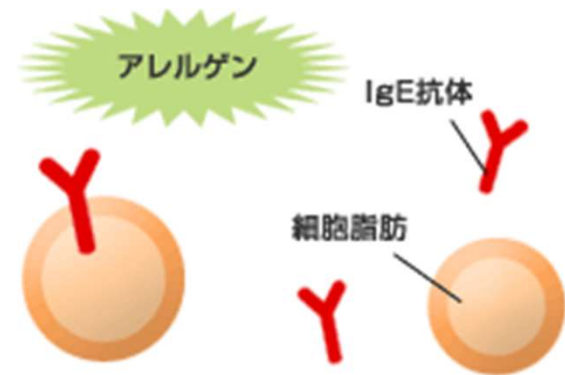
2016,5.14

主要参考文献『アレルギー医療革命 花粉症も食物アレルギーも治せる時代に！』
NHKスペシャル取材班(2016.3.30 文藝春秋)

食物アレルギーって？

食べ物に含まれる、ある特定の物質（主にたんぱく質）が異物（アレルギー）と認識されて、抗体（IgE）をつくり、これらを攻撃して体を守ろうとする、過剰な反応のこと。

6歳以下の乳幼児が患者数の80%を占め、乳児ではおよそ10人に1人が発症。



子どもに多いのはアレルギーであるたんぱく質を小さく分解（消化）することができないことも原因の1つとされている。つまり、消化吸収機能が発達するにつれ、原因食物に対する耐性がつく可能性が高くなる。

食物アレルギーは増えている

東京都の調査では、ここ10年で「症状あり」の子、「診断あり」の子、どちらも**2倍以上に増加**。【3歳児健診】

(%)	H11	H16	H21	H27
症状あり	9.4	15.6	21.6	±22?
診断あり	7.1	8.5	14.4	±16?

- 症状 ①皮膚(じんましん等)70~90%
②粘膜(まぶた・唇等)40~50%
③呼吸器(咳、呼吸困難等)20~30%
④消化器(腹痛、嘔吐、下痢)10%
⑤**アナフィラキシー・ショック**(血圧・心機能低下、意識喪失)7%



なぜ、増えているの？

現代の親と子どもの**生活環境等の変化**??

- 衛生仮説 (滅菌・殺菌)
- ダニの増加
- 大気汚染
- 化学物質 (ホルムアルデヒド/シックハウス症候群)
- 食品添加物
- 農薬
- 欧米型の食生活 (洋食:肉・乳製品・油)
- 食材・食品の多種多様化
 - 偏食
 - 妊娠中の喫煙
 - 自然体験・自然生活の激減
 - ストレスや睡眠不足
 - 過保護
 - アレルギー認知の普及



気をつけたい食品

特定原材料7品目

卵、小麦、そば、落花生、乳、エビ、カニ

特定原材料に準ずる20品目

あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、
キウイフルーツ、牛肉、クルミ、ごま、鮭、鯖、大豆、
鶏肉、バナナ、豚肉、松茸、桃、山芋、りんご、ゼラチン

乳幼児では

①鶏卵【ダントツ!】、②牛乳、③小麦【急増】

・80%の子が6歳頃までに耐性がつくが、
中には「アレルギー・マーチ」に至る子も。

(…違う食物、ハウスダスト、花粉、薬物…)



園での対応

食物アレルギーの申し出(連絡ノート、面談等)



面談(詳しい聞き取り、対応の協議・決定)



除去・代替食の提供/検査のお願い(できるだけ詳しく)



定期的な情報交換(面談、家庭調書、定期検査等)



提供食・調理方法・食材選定の変更



エンドレス・・・きりがない・・・

※「**弁当持参**」を求めている園もある。



園で問題となっていること

- 食物アレルギーが多種・多様・多彩に
→ 一人ひとりへの対応が大変に

- 家庭との連携がちぐはぐ
→ 「ふつうに食べることもある ♪」
「もう食べさせている ♪」

- お医者さんの考え方もいろいろ(知識・経験不足?)
→ 「食べさせなきゃいいだけでしょ。簡単なこと」
「定期的な検査はあまり意味がない」
→ ころころ変わりやすい? or 簡単には変わらない?

- 最新の研究では・・・

避けるのではなく、**あえて食べる**ことで改善を促すべき



園からのお願い【1】

- 重い症状の場合は、必ず**専門医**による定期的な検査（**半年に1回**）を受けましょう。最悪の場合、死に至ることもありますので、正確かつ詳細な検査が必要です。
国の定める「**生活管理指導表**」の提出や、「**エピペン**」の提供を求めることもあります。
- 軽度、中度の場合は、**1年に1度**の**専門医**による検査と、少なくとも3ヶ月に1度は園と情報交換をしましょう。
- **医師の指導の下**、必ず平日の朝に**少量ずつ食べさせ**、食後2時間程度、反応を見ましょう。その際は、必ず園に、食べた物・量、調理方法、食前・食後の体調などの情報を教えてください。



園からのお願い【2】

- 一番**大変**なのは「子ども」
身近な食品から十分な栄養を摂ることができない。
食べたいもの、好きなものが食べられない。
みんなと同じものが食べられない。
間違えて食べると大変なことに(かゆい、苦しい等)。
- 子どものための**3つの義務**
 - ①アレルギーの実際を把握し、伝える義務
→ **今を知り、今を知らせましょう。**
 - ②生活を見直し、改善していく義務
→ **誘因を少なくしていきましょう。**
 - ③子どもの発達を支える義務
→ **園と一緒に頑張りましょう。**

