

「口腔アレルギー症候群」と

「ラテックス・フルーツ症候群」知っていますか？

最近、30代女性の患者さんが来院しました。1ヶ月前から突然、**果物や野菜**を食べると口の中がただれ、痒みや痛みのため夜も寝られないという訴えでした。特に**トマト**を食べると症状がひどくなる印象があると述べていました。彼女は以前、県外で「**スギ花粉症**」と診断されていたので、トマトによる「**口腔アレルギー症候群**」と臨床的に診断しました。スギ花粉とトマトには**交差抗原性（共通のアレルギー原因物質を持つこと）**があるのです。

果物や野菜を食べると、15分以内に直接触れた唇、舌、口の中の粘膜が腫れたり痒くなったりします。これが「口腔アレルギー症候群」です。時には症状が進み、じんま疹、目鼻の花粉症に見られる症状、嘔吐・下痢、喘息発作、最悪の時にはアナフィラキシーショックまで起こすとされています。

大人や年長児では花粉症を起こした後に「**口腔アレルギー症候群**」が発症し、年少児では**多食**することで「**口腔アレルギー症候群**」を起こす可能性が考えられています。

【原因となる果物・野菜】

バラ科：リンゴ、莓、梨、桃、スモモ、
プラム、サクランボ、アーモンド、梅
セリ科：セロリ、人参、パセリ
ウリ科：メロン、スイカ、カボチャ、
キュウリ
ミカン科：オレンジ、レモン、
グレープフルーツ
バショウ科：バナナ
マタタビ科：キウイフルーツ

ユリ科：ニンニク

ナス科：トマト、じゃがいも、ナス、

ピーマン、唐辛子、シシトウ、クコの実

【共通抗原を持つグループ】(科が違

っても1つにアレルギーを起こすと他の果物にもアレルギーを起こす可能性がある)

① 桃、リンゴ、梨、大豆

② セロリ、パセリ、人参、桃、梨、

じゃがいも、シラカンバ花粉

③ さくらんぼ、リンゴ、ピーマン

④ パパイア、パイナップル、大豆、

いちじく、キウイフルーツ

また最近、近所の美容室で働いていた20代のスタッフが辞めたことを知りました。その理由は**ゴム手袋**で手が荒れて仕事ができないという事でした。良く聞いてみると彼女は長い間**グレープフルーツダイエット**をしていたようです。

「ラテックス・フルーツ症候群」

(果物のアレルギーがある場合、**ゴム(ラテックス)**にもアレルギーを起こす)

【ゴムと共通抗原のある食物】

バナナ、キウイ、栗、アボガド、くるみ、
トマト、パパイア、グレープフルーツ、
じゃがいも、メロン、いちじく、ピーナッツ

以上のことから毎日のようにバナナやりんごジュースなど**同じ物を大量に摂らない事**と腸内細菌を乱す**農薬漬けの果物**を**できるだけ避ける**事が必要です。離乳食で果物を使用する場合は、できるだけ熱を加えるとアレルギーが起こり難くなります。(角田和彦の著書を参考にしました)(たまなは)