

食物アレルギーの発症を防ぐ

先月（11月）に栃木県宇都宮で「日本小児アレルギー学会」がありました。食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息など毎年様々な発表がありますが、最近では食物アレルギーに関する発表が多くなってきたと感じています。

その中で「アレルギーの発症阻止と食事療法、食べるべきか？、避けるべきか？」というタイトルで議論がありました。これまで食べなければ症状が出現する可能性はほとんどないので、発症予防のためにはしばらく食べなければよい、と考えられてきました。

しかし、これまで一度も食べていないのに初めて食べた時にアレルギー反応が起こった例を経験することがあります。

最近では、食物アレルギーでアトピー性皮膚炎になるのではなく、アトピー性皮膚炎の様な皮膚の炎症があるので、表皮バリア機能が低下した皮膚から抗原（アレルギーの原因物質）が体内に入ってくるために食物アレルギーが起こっているという逆な考えになっています。そのため顔面・口の周りの湿疹を早く改善することが大事という訳です。つまり食物アレルギー患者の増加は、アトピー性皮膚炎の増加に少し遅れて起こっているという説明がつくというのです。

さて通常、経口免疫寛容と呼ばれていますが、本来無害である食物タンパクを口から摂取した場合、不要な免疫反応（アレルギー反応）を起こさないものです。

従って、妊娠中・授乳中の母親における食物制限は必要がないばかりか、むしろ食物アレルギーのリスクを高めているというのです。また早期に離乳食を始めた方が食物アレルギーになり難いので、少しずつ慣

らしていく方がよいという考えです。

まとめますと食物アレルギーの発症予防戦略は、離乳食における鶏卵など有病率が高い食物の摂取を遅らせるのではなく、早めに開始すること（①経口免疫の寛容の誘導）と経皮感作を阻止するために顔面の湿疹病変を早期に治療すること（②経皮感作の防止）、に留意すべきということです。

しかし、現実的にはすべての乳児に対して早期に離乳食を始める場合、中にはすでに食物アレルギーを持っている乳児もあり、アナフィラキシーを起こしてしまうリスクがあります。それを防ぐにはすべての乳児は離乳食を始める前にアレルギー検査をしなければならぬという事になります。卵白や牛乳がクラス4の場合、自宅では少量でも試すリスクは高いと思われれます。従って現段階では早期離乳食を勧められる状況ではないという考えもあり、議論は尽きません。

また、腸内微生物叢の乱れが、アレルギー疾患増加の重要な役割を占めていると推測されています。乳幼児における抗生物質の過剰投与や食生活の西洋化が腸内細菌の変容を招いているという指摘がありました。（たまなは）

やることは根本的に別な方法である可能性がある。
V. 経口免疫寛容
これは、食物アレルギーは経口の免疫寛容、経口の免疫寛容はアレルギーの発症を遅らせることで発症を抑制し、またアレルギーの発症を遅らせることで発症を抑制している、もともとアレルギーは免疫寛容が不足している状態に陥った状態である。この状態の発症を遅らせることで、アレルギー疾患の発症を防ぐことができる。アレルギー疾患の発症を防ぐには免疫寛容を必要とする。

