

MBC ラジオ『ココが聞きたい！ドクタートーク』2024.3.9
第 1088 回放送分『子どもの食物アレルギー』2 回目
ゲスト：吉川英樹ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは

「子どもの食物アレルギー」をテーマにお送りしています。

お話は、鹿児島県医師会の吉川英樹（よしかわ ひでき）ドクターです。

吉川さん、どうぞよろしくお願いいたします。

吉川英樹Dr.

よろしくお願いいたします。

二見いすず

先週は、アトピー性皮膚炎の子どもが、食物アレルギーになりやすいということについてお話いただきました。

吉川英樹Dr.

はい。今日はまず、アレルギーマーチの話からお伝えします。

二見いすず

アレルギーマーチ。これはどういうものなのですか？

吉川英樹Dr.

アレルギーになりやすい体質の子どもが、成長するにつれて、さまざまなアレルギー疾患に順番にかかっていく様子を「マーチ」という行進に例えたものです。

先週お伝えしたように、赤ちゃんのうちはアトピー性皮膚炎を発症しやすく、その後、食物アレルギー、そしてもう少し大きくなると気管支喘息、さらに大きくなるとアレルギー性鼻炎などが増えてきます。

二見いすず

いろんなアレルギーがあって本当に大変ですが、食物アレルギーは、なにか予防できる方法があるのでしょうか？

吉川英樹Dr.

予防法ですが、実はこの 10 年くらいで考え方がガラリと変わったんです。

二見いすず

そうなんですね。どのように変わったのでしょうか？

吉川英樹Dr.

昔は、「アレルギーになるものは食べない、除去しなさい」という考え方でしたが、今は、「実は早くから食べたほうがアレルギーになりにくい」となってきました。

二見いすず

真反対ですね！それはどうしてなのでしょう？

吉川英樹Dr.

近頃の研究で分かってきたのですが、ピーナッツアレルギーを例にすると、早くからピーナッツを食べている子どものほうが食べていない子どもよりも、ピーナッツアレルギーになる確率が低いんです。およそ4分の1くらいなので、驚きですね。

二見いすず

そんなに違うんですね。

では赤ちゃんのときからピーナッツを食べていたほうが、ピーナッツアレルギーの発症率が低くなるということでしょうか？

吉川英樹Dr.

はい、そうなんです。0歳だとピーナッツはそのまま食べられないので、ペースト状にして食べるといいですね。

これは何もピーナッツに限ったことではなく、卵アレルギーでも同様の研究結果が出ています。

二見いすず

そうなんです。

吉川英樹Dr.

はい。なので、むやみに遅らせないことが大切です。

たとえばお母さんが卵アレルギーだから、「我が子に卵を食べさせるのは、もう少し大きくなってからにしよう」なんていうのは、間違いなんです。

二見いすず

よかれと思って食べさせるのを遅らせていると、かえって逆効果になることがあるということですね。

吉川英樹Dr.

はい。なので、皮膚をきれいにした上で、早くから食べさせるというのが、今の時代の食物アレルギーの予防法となっています。

二見いすず

よく分かりました。

今月は「子どもの食物アレルギー」についてお伝えしています。

お話は鹿児島県医師会の吉川英樹ドクターでした。

吉川さん、ありがとうございました。

吉川英樹Dr.

ありがとうございました。