



## 保健だより

2023.12.1 南青山病後児保育室

### 口腔アレルギー症候群

果物や生野菜を食べた後に 唇 舌 口の中や喉に痒みやイガイガ感 むくみなどが現れる事があります。

これを口腔アレルギー症候群といい 花粉症が影響しているかもしれません。

花粉症の人には花粉のアレルゲンに対する IgE 抗体があります。

果物や生野菜のアレルゲンは花粉のアレルゲンと構造が似ていて IgE 抗体が構造の似たアレルゲンと反応し 口腔内でもアレルギーが起こる事があります。

これを**交差反応**と言います。

この交差反応により 花粉症の方が果物や生野菜を食べた時に口腔アレルギー症候群を発症することがあるのです。

⇒**交差反応**とは

体内にアレルゲン（抗原）が侵入すると免疫反応によって抗体をつくり 抗体がある特定のアレルゲンを認識しますが **交差反応とは 抗体がつくられる元となった抗原とは別の類似の抗原にも結合すること**を言います。

この抗原は 一般に元となる抗原とよく似た構造をしていることによって起こります。

### 花粉症ではない人でも起こることはあるの？

口腔アレルギー花粉症は 花粉症以外のアレルギーがある方にも起こる事があります。症状が現れた場合は医療機関で診てもらいましょう。

### 口腔アレルギー症候群への対策

多くは食後しばらくすると自然に軽快することが多いのですが ショック症状が持続する危険性もあるので 症状がある場合には受診するようにして下さい。

基本的にはアレルギーの原因となる食物を特定して摂取を避けるようにします。

口腔アレルギーを起こす果物や生野菜のアレルゲンは熱に弱く 加熱すれば食べられる事もありますが 症状のあらわれ方にもよるので 医師に相談してみましよう。

### 主な花粉と交差反応が報告されている果物・野菜

#### 花粉の種類

#### 果物 野菜

スギ	➡	トマト
シラカンバ	➡	林檎 桃 さくらんぼ等
イネ科	➡	トマト スイカ メロン オレンジ等
ヨモギ ブタクサ	➡	メロン スイカ セロリ等

