

## アレルギーについて

この季節、花粉等のアレルギーでお悩みの方が多いのではないのでしょうか。今回はアレルギーの種類や症状についてまとめてみました。

「アレルギー」とは、「アレルゲン」と呼ばれる通常は無害な物質に対して過剰な反応を生じさせる免疫系の機能不全の一種です。この「アレルゲン」が体内に入ると、免疫グロブリン「IgE 抗体」というタンパク質を作り出し皮膚や粘膜に張りめぐらせます。そして再び「アレルゲン」が体内に入ってきたとき、「IgE 抗体」が「アレルゲン」をやっつけようと過剰に働いてしまい、くしゃみや鼻水、皮膚のかゆみなどの症状を引き起こします。これを「アレルギー反応」といいます。

### 代表的なアレルゲン

- ・花粉(スギ、ヒノキ、イネ等)
- ・ダニ、ハウスダスト、カビ
- ・食物(大豆、卵、牛乳、そば、小麦粉等)
- ・薬剤(ペニシリン系、セフェム系等)
- その他…イヌやネコのフケ  
木材の粉塵  
蜂等の虫刺され等



### 主な症状

- ・アレルギー性鼻炎  
(くしゃみ、鼻づまり、口呼吸、口・気道の腫れ)
- ・湿疹(皮膚の乾燥、かゆみ、じんましん)
- ・目のかゆみ、充血、まぶたの腫脹
- ・下痢、腹痛、嘔吐
- ・咳、息切れ



### 口の中で起こるアレルギー反応！

果物や生野菜を食べたときに口の中や唇、舌、のどにかゆみや、しびれ、むくみなどが現れることがあります。これらを「口腔アレルギー症候群(OAS=oral allergy syndrome)」といいます。口の中に現れるアレルギー反応のほとんどは小腸に達する前にアレルギーの原因である「アレルゲン」が壊れてしまうため、口の中だけで反応が起きるそうです。



参照：KYOWA KIRIN「花粉症ナビ」 Thermo SCIENTIFIC「アレルギー疾患の診断」



### 「抗ヒスタミン薬とアナフィラキシー」の巻

アレルギー性疾患の治療薬として多く用いられているのが『抗ヒスタミン薬』です。この薬はアレルギーの諸症状の緩和に効果的ですが、睡眠薬や乗り物酔いの薬としても処方されており、眠気やだるさという副作用があります。しかし最近では『抗ヒスタミン作用のある抗アレルギー薬』という第2世代の抗ヒスタミン薬もあり、眠気の副作用があるもの、ないもの、1日1回あるいは2回飲むものとたくさんの種類の抗ヒスタミン薬があります。「かゆいのが辛いのでぐっすり眠りたい」「車に乗るので眠くなるのは困るな…」等それぞれに合った薬を処方してもらえるようになってきています。また、アレルギー反応が短時間の間に全身に現れることを「アナフィラキシー」といい、それにより血圧の低下や意識障害、気道のむくみ等を引き起こし、生命に危険な状態を「アナフィラキシーショック」といいます。この場合はアドレナリンや副腎皮質ホルモン注射の応急処置が必要です。

### お口と体の雑学クイズ

- (1) 乳幼児にアレルギー反応が現れる食べ物で一番多いのは？  
A. 鶏卵 B. 小麦 C. そば
- (2) 鼻づまり解消に有効なのは？  
A. 鼻を押す B. 鼻を温める  
C. 鼻を冷やす
- (3) 春にかかりやすい病気は？  
A. 麻疹 B. 脳梗塞  
C. 気管支喘息

※ 答え：(1)-A、(2)-B、(3)-A

(インターネット他、参考)