

今月のテーマ

花粉症と口腔アレルギー症候群

特定の野菜や果物を食べた後、数分以内に口の中や喉に、かゆみや腫れ、イガイガなどの違和感を感じたことはありませんか？これが、口腔アレルギー症候群（OAS）という症状で、花粉症患者に多く発症することがわかっています。稀にアナフィラキシーショック*を起こす人もあり、注意が必要です。

今月は、花粉症と口腔アレルギー症候群の関係と、対策について紹介します。

口腔アレルギー症候群は どうして起こるの？

花粉のアレルギー物質と、特定の果物や野菜のアレルギー物質の構造は、とても似ています。そのため、果物や野菜を食べた時に、体に花粉が侵入してきた時と同じようなアレルギー反応を口腔内で起こしてしまいます。

花粉症

鼻粘膜、眼粘膜などで花粉に対してアレルギー反応を起こす
(花粉のIgE抗体が作られる)



口腔アレルギー症候群

口の中で果物や野菜と花粉のIgE抗体が反応を起こす

※アナフィラキシーショックとは？

数分以内に全身性に皮膚や呼吸器、消化器などにアレルギー症状が現れます。放置すると、血圧の低下や意識障害などを引き起こし、生命を脅かす危険な状態になる場合もあります。

花粉症を引き起こす花粉の種類によっても、口腔アレルギー症候群を起こす果物や野菜は異なります。

季節	花粉の種類	関連がある果物や野菜	
春	＊シラカンバ ＊ハンノキ ＊オオバヤシャブシ	バラ科	りんご、桃、サクランボ、イチゴ、梨、梅、ビワ、アーモンド
		マメ科	大豆(豆乳、もやし)、緑豆(もやし)
		セリ科	にんじん、セロリ、フェンネル、クミン、コリアンダー
		ナス科	トマト、じゃがいも
		クルミ科	クルミ
		その他	ピーナッツ、ヘーゼルナッツ、ブラジルナッツ、ココナッツ
	＊スギ ＊ヒノキ	ナス科	トマト
夏	＊カモガヤ ＊オオアワガエリ ＊マグサ	ウリ科	メロン、スイカ
		ナス科	トマト、じゃがいも
		その他	バナナ、オレンジ、セロリ
秋	＊ブタクサ	ウリ科	メロン、スイカ、ズッキーニ、きゅうり
		バショウ科	バナナ
	＊ヨモギ	セリ科	セロリ、クミン、フェンネル、コリアンダー、ニンジン
		その他	キウイ、ピーナッツ

口腔アレルギー症候群への対策

アレルギーの原因となる果物や野菜を避けることが大切です。症状が軽いからといって、食べ続けると重症化することがあります。

原因となる食物が分からない場合には、医院・病院で検査をして特定することもできます。また、症状が重く出る場合には、医院・病院に受診してください。

口腔アレルギー症候群は、花粉症でない方でも起こります。花粉症以外のアレルギー症状(アトピーや喘息など)がある人も注意が必要です。



お詫びと訂正

みやこ通信8月号「ミネラルバランス」の表面の記載内容に誤りがありました。ここに訂正しお詫び申し上げます。

五大栄養素(イラスト) 「誤」脂肪→「正」糖質

お薬や介護についてわからないことや、気がかりなことがありましたら、お気軽にお尋ねください。

担当 みやこ薬局 本店

***** みやこ薬局 *****

本店・山科店・薬大前店・マツヤスーパー店・北山店・紫竹店・大宮店

<http://www.miyako-ph.co.jp>