

医薬品やアレルギー物質表示

1、医薬品、医薬部外品、化粧品

石鹼によっておこる食物アレルギーがあります

事例 32

お風呂の石鹼で...

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルギー : 牛乳

症状 : 全身の発赤

経過 : 祖父の家で父と一緒に入浴中、ボディソープよりも普通の固形石鹼の方がいろいろなものが入っていないと安心して判断してしまっ使用したところ、全身に発赤湿疹が広がりました。

解説 : 使用された石鹼は牛乳石鹼でした。

対策 : 牛乳石鹼など食物成分を原料とする製品にも気を配りましょう。自宅以外での宿泊時などは必要であれば、いつも使っている石鹼やシャンプーなどを持参することも考慮しましょう。医薬部外品には一部の成分以外はその原材料を表示する義務は企業にはありません。

事例 33

肌にやさしい石鹼と思って使用していたら...

年齢・性別 : 25歳 女性

アレルギー : 小麦

原因 : 加水分解小麦を含む石鹼

症状 : 石鹼接触部位の紅斑、運動後のアナフィラキシー

経過 : 茶のしずく石鹼（加水分解小麦含有）を使用していたら、顔が赤くなったり口唇が腫れたりするようになりました。また、パスタやケーキを食べた後の買い物中にじんま疹が出るようになりました。先日はパスタを食べた後で、テニスをしたら全身にじんま疹が出現し、その後意識を失って倒れました。

解説 : 加水分解小麦を含む石鹼の使用により、皮膚または粘膜から石鹼中の小麦タンパクの感作を受け、同石鹼の接触によるアレルギーを生じたり、さらに小麦製品摂取だけでアレルギー症状を惹起したり、摂取後の運動で小麦依存性運動誘発アナフィラキシーを起したりする場合があります。

対策 : 加水分解小麦を含む石鹼は小麦アレルギーの患者さんだけでなく、アトピー性皮膚炎の人は皮膚から感作を受けやすいので避けた方がよいでしょう。健康な人が使用する場合でも、石鹼中の加水分解小麦による接触蕁麻疹だけでなく、小麦摂食後のアレルギーや小麦摂取後の運動誘発アナフィラキシーを発症することが報告されています。注意が必要です。

卵や牛乳アレルギーでは避けたほうがよい薬があります

事例 34

病院でもらったお薬だから安心と思ったのに...

年齢・性別 : 2歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : タンナルビン (止痢剤)

症状 : じんま疹

経過 : 下痢で病院にかかった際、食物アレルギー (牛乳) があると話したにもかかわらず、タンナルビンが処方された。

解説 : 医師、保護者ともタンナルビンの原材料が牛乳であることを知らなかったため、内服させてしまった。

対策 : アレルギーを専門としない医師も、乳幼児のアレルギーとして代表的な卵白、牛乳などを含む薬剤についての知識を備えることが必要です。

事例 35

お医者さんから処方されたクスリなのに...

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : 内服薬に含有されていた乳糖

症状 : 長引く下痢

経過 : 医師から処方されたクスリを飲み始めてから、下痢症状が長引いていました。内服薬の成分に乳糖が含有されていることが判明し、内服を中止したところ下痢症状はなくなりました。

解説 : 処方した医師が、牛乳アレルギーの非常に強い患者では、乳糖でも症状が起きうることを認識しておらず、保護者も医師の投薬なので、成分を確認していませんでした。

対策 : 経口摂取により、不具合な症状が再現性をもって出現した場合は、食物アレルギーの関与を考える必要があります。たとえ、医師の処方したクスリとはいえ例外ではありません。牛乳カゼインを原材料としているタンニン酸アルブミン (タンナルビン) 以外に、整腸剤、経腸栄養剤、抗菌薬の一部にカゼインや乳糖などが使用されていることがあります。薬によって含有量が異なります。

極めて微量の摂取でも症状が出現する牛乳アレルギー患児では、乳糖添加の表示がされている薬物の使用について主治医とあらかじめ相談しておきましょう。

事例 36

アレルギーの治療薬のつもりが...

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : ソル・メドロール 40mg
 症状 : 喘鳴、全身のじんま疹
 経過 : 気管支喘息もあり加療されていた。喘息発作が認められるようになり、救急外来を受診、吸入とともにステロイド薬の静脈内投与を実施された。しかし、投与開始後、全身のじんま疹が認められるようになり、喘鳴もより強くなってきた。ソル・メドロール投与を中止、ボスミンの筋肉内投与、サクシゾン投与などによって症状は改善した。

解説 ソル・メドロール 40mg には乳糖が賦形されている。(ソル・メドロール 125mg、250mg、500mg には賦形されていない)

対策 一部薬剤には、乳糖が賦形されている。賦形される乳糖でも症状が出る患者が少数ではあるが、いることを周知していく。

表：卵・牛乳アレルギーと関連のある薬品（食物アレルギー診療ガイドライン 2012 から抜粋）

	含有抗原成分	商品名	一般名	薬効分類
卵	リゾチーム	ノイチーム、アクディーム、レフトーゼなど	リゾチーム塩酸塩	消炎酵素
牛乳	(禁忌の記載)*1	エンテロノン-R、ラックビー-R散、エントモール散、コレボリー-R散	耐性乳酸菌	腸内細菌叢改善
	カゼイン	タンナルビン、タンニン酸アルブミン	タンニン酸アルブミン	止瀉薬
		メデマイシン	ミデカマイシン	抗生物質
		ミルマグ錠	水酸化マグネシウム	制酸剤、緩下剤
		エマベリンL	ニフェジピン	降圧剤
		ジーシーMIペースト		口腔ケア用塗布薬
		エンシュア・リキッド、アミノレバンEN、ラコール、ハーモニック-M、ハーモニック-F など		経腸栄養剤
	乳糖または乳糖水和物*2	ソル・メドロール静注用40mg*3	メチルプレドニゾン	ステロイド製剤
		ウロナーゼ静注用24万単位*4 ウロナーゼ冠動注用12万単位*4	ウロキナーゼ	線維素溶解酵素剤

インフルエンザワクチン接種前に生卵を食べさせて確認する必要はありません

事例 37

インフルエンザワクチンを受けたくて自宅で卵をちょっと試してみたら...

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルギー : 卵

原因 : 卵

症状 : じんま疹

経過 : 病院から、卵アレルギーがあるとインフルエンザの予防接種をうけられないと聞き、安易に生卵を試してしまったところ、じんま疹が出ました。

解説 : インフルエンザワクチンには卵成分が含まれています。しかし、その含有量は非常に微量です。卵アレルギーがあっても、多くの患者さんはインフルエンザワクチンを接種できます。

対策 : 卵アレルギーと診断されている場合、卵を食べられるかどうか食べてみることは自分ではしないで下さい。医師に相談して、必要ならば医師の監視下で経口負荷試験を行いましょう。卵アレルギーがある患者さんは、接種できるかどうか、医師に相談して下さい。

2、食品表示

必ず毎回表示を確認しましょう

事例 38

ついうっかり原材料表示を見逃して...

年齢・性別 : 3歳 女児

アレルゲン : 卵

原因 : きな粉餅

症状 : じんま疹

経過 : 同居しているお義母さんが、子どもに「きな粉餅」を買ってきてくれました。お義母さんも卵アレルギーのことは知っていたので、つい安心して、原材料表示を見ずに、子供に食べさせたところ、その直後から顔面に痒みとじんま疹が出現しました。

解説 : いつもなら必ず成分表示を確認していたのに、お義母さんからもらったので、つい、確認しそびれてしまいました。原材料表示には卵と書いてありました。

対策 : 家族や親戚からもらったものの原材料表示を再確認することは、食物アレルギーのあるお子さんをお持ちの方なら、失礼なことではありません。周りの方へも、アレルギーのあることをはっきり伝えましょう。

事例 39

個包装の確認不足で...

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルゲン : 卵

原因 : 個包装になっているスナック菓子

経過 : 祖母に娘を預けていました。祖母は、鶏卵アレルギーであることは知っていましたが、個包装には記載がなかったため与えてしまいました。その後 30 分ほどして咳き込みと唇が腫れているのに気が付きました。個包装を包んである大袋のアレルギー物質食品表示には、卵白と書いてありました。

解説 : 祖母と親の表示確認の不足と情報共有の不足です。

対策 : 食べる時に原材料がはっきり確認できないものは、与えないようにしましょう。お子さんを預ける際には与えてよいものを確認しておくといでしょう。店頭販売では原材料表示が義務付けられていないので注意が必要です。

食品衛生法において、表示が義務付けられている7品目と、推奨されている18品目を以下に示します。

表示の対象になるのは容器包装された加工食品や添加物です。対面販売や店頭での量り売り、店舗内で製造販売される食品や30cm²以下の加工食品、また飲食店の料理は表示義務の対象ではありません

(食物アレルギー診療ガイドライン 2012 から引用)

特定原材料等の名称	
義務	卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生
推奨	あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、ゼラチン、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご

事例 40

本人が大丈夫と言っても...

年齢・性別 : 6歳 男児

アレルゲン : 卵

症状 : じんま疹

経過 : 母が不在のとき、祖母に連れられてコンビニエンスストアに買い物に行き、本人が「食べたことがある」と言っただけで、表示を確認せずに購入摂取してしまった。

解説 : 見た目はほとんど同じでも、アレルギー含有に違いがある食品も多い。また同じ商品でも販売地域による違いや、リニューアルにより含有成分が変わることもあります。

対策 : 毎回食品表示の確認が必要です。本人にも、食品表示を確認するように指導すると共に、家族にも表示の確認を徹底するように理解してもらうようにしましょう。

事例 41

友人から頂いたお菓子で...

年齢・性別 : 1歳 女児

アレルゲン : 小麦

症状 : じんま疹

経過 : 子供のアレルギーをよく知っている友人が「小麦を使っていないよ。米粉だよ。」と言ってお菓子を頂きました。うっかり食品表示を確かめず、食べさせてじんま疹が出てしまいました。

解説 : 米粉メインのお菓子でも、小麦が少量含まれていました。

対策 : きちんと原材料表示を確かめましょう。表示は含有量が多い食材から記載されています。少量になると最後の方に記載されているので余計に注意が必要です。

事例 42

海外のお土産で...

年齢・性別 : 7歳 女児

アレルギー : くるみ

症状 : じんま疹

経過 : アメリカのお土産の原材料が英語表記であったので、よく確認せずに食べたところ、アレルギー症状が誘発されました。

解説 : くるみ科のナッツ（ペカン）が含まれていました。

対策 : 海外からの輸入品やお土産は原材料表示が分かりづらく、トラブルが起きやすくなります。まずはきちんと表示を確かめることが重要です。怪しいときは食させず避けて下さい。

できれば複数の人が表示を確認しましょう

事例 43

保育園でアレルギーなしのおやつと言われて食べたところ...

年齢・性別 : 4歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 園でだされたおやつ

症状 : 嘔吐

経過 : 毎日、園で出されるおやつは、アレルギーの有無を確認してもらえます。その日は、調理員さんが確認し、アレルギーは入っていませんとのことだったので、食べたところ、嘔吐してしまいました。

解説 : 調理員さんがアレルギーの表示を見落とし、さらに、担任の先生がお休みで、代理の先生にアレルギーの情報がしっかり伝わっていなかったために、牛乳を含む食材が混入したことが後からわかりました。

対策 : 原材料表示の確認は、できることなら2人以上で行うこと。また、担任の先生がいない場合でも、今回のような誤食が起こらないように、日頃から、他の先生にも食物アレルギーのことをしっかり理解してもらうことが必要です（情報の共有）。

事例 44

いつも食べている桃を缶詰で食べたら...

年齢・性別 : 4歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 桃の缶詰
症状 : じんま疹、皮膚の発赤、痒み。
経過 : 保育園のおやつが、桃の缶詰でした。今まで果物の桃を食べても症状はなかったので、1切れ食べたところ、食べて30分後から、じんま疹や皮膚の発赤、痒みが出現し、そのまま入院となりました。

解説 : 果物だけなら大丈夫だったものが、缶詰で食べたら、アレルギー症状が出ました。これは、シロップに含まれていた乳成分が症状を引き起こしたと思われます。

対策 : 乳製品は表示しなければならない義務があります。必ず購入時に表示を確認しましょう。今回のように保育園のおやつの場合は、親が表示を確認することができません。シロップ漬けには乳が含まれる可能性を知っておき、保育園でも表示を必ず確認してもらうようお願いしましょう。

食べ慣れた加工品でもリニューアルの可能性を知っておきましょう

事例 45

同じお菓子が大丈夫だったのに...

年齢・性別 : 6歳 男児

アレルギー : 卵

原因 : リニューアルで、アレルギーを含有するようになったお菓子

症状 : 症状出現なし

経過 : 以前にアレルギー含まれないことを確認して日常的に食べていたお菓子を、いつものように食べた直後に成分表示をみたところ、アレルギーを含有していることに気づいた。医師から処方されている誤食時の薬を内服して症状は出なかった。

解説 : 市販のお菓子などは、同じ商品名でもリニューアルで成分が変わることがあります。製造する地域によっても、違うことがあります。

対策 : 加工食品を食べる時は、食べる前に成分表示を再度確認する習慣をつけましょう。

製造ラインまで確認しましょう

事例 46

表示に娘のアレルギーとなる物はなかったのに...

年齢・性別 : 6歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 牛乳の表示のないチョコレート（製造ラインでの混入）

症状 : じんま疹

経過 : チョコレートのアレルギー表示に「牛乳」がなかったたので食べさせたところ、1時間後に顔にじんま疹が出ました。内服によって症状は改善しました。

表示の枠の中には娘のアレルギーとなる食物はなかったが、欄外に「同じ製造ラインで牛乳を含

む製品を生産しています」という表示がありました。

解説 : 食物アレルギーは微量なコンタミネーション（混入）でも起こしえます。
対策 : 同じ製造ラインを使用している場合、「本品製造工場では○○を含む製品を生産しています」などと欄外表示してあるのでよく確認してください。欄外表示は義務ではないため、必ずしもあてにはできませんが、含有量が微量とは限りません。欄外表示でも原因食品であれば避けた方が安全です。

レストラン や店頭販売に表示義務はありません

事例 47

旅行先に名物のアイスクリーム屋さんがあつて...

年齢・性別 : 7歳 女児

アレルギー : 卵

原因 : アイスクリーム

症状 : じんま疹

経過 : 表示がはっきりしないものは食べないようにしていたが、雰囲気でご飯できなくなって名物のアイスクリームを少し食べさせてしまいました。卵の混入は少なかったのか、幸い軽い症状のみで大事には至りませんでした。もし強い症状が出ていたらせっかくの楽しい旅行が台無しになる場所だったと反省しています。

解説 : 店頭販売の場合、表示義務はありません

対策 : 気の緩みが大きな事故につながることはあります。旅先では医療機関もすぐに見つかりません。家族全員協力して表示のされていないものは食べさせないようにしましょう。

事例 48

パン屋さんのパンは安全と思ったのに...

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : 米粉のパン

症状 : アナフィラキシーショック

経過 : パン屋さんで米粉のパンを購入しました。卵と牛乳も除去中なので、店員さんに確認すると、「卵も牛乳も入っていません」とのことでした。翌朝、子どもの朝ご飯としてパンを食べさせたら、全身じんま疹に、呼吸困難が出現し、アナフィラキシーショックで入院しました。

解説 : 実はこのパンには、脱脂粉乳が使われていました。店員さんには脱脂粉乳が乳製品であるとの認識がありませんでした。今回のことは、パン屋の店員さんの知識不足が原因でした。

対策 : 基本的に店頭販売はアレルギー物質の表示義務がありません。店員は、原材料に関する知識が不正確なことが多いので、店員の言葉を鵜呑みにせず、責任者に聞いた方がよいでしょう。店側には、表示義務はありませんが、アレルギーの相談を受けた場合、原材料を正確に伝え、不

明な時は「わかりません」と応えるべきです。

また、アレルギー対応と謳う場合は、コンタミネーションも含めた、厳密な管理が必要です。

総菜やばら売り、試食品に表示義務はありません

事例 49

スーパーマーケット試食コーナーにて

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルギー : 卵、牛乳

原因 : ソーセージ

症状 : 咳、腹痛、顔のむくみ

経過 : 親が目を離したすきに、スーパーの試食品を食べてしまいました。本人は黙っていましたが15分くらいして、咳と腹痛が出現し、顔が腫れてきました。おかしいと思い、本人に問い詰めたところソーセージを食べたと白状したので、すぐ手持ちの内服薬を飲ませ症状は落ち着きました。

解説 : 店頭販売の場合、表示義務はありません

対策 : スーパーの試食品は大きい子であれば食べないように教えましょう。小さい子は試食コーナーのあるスーパーでは目を離さないようにしましょう。

事例 50

表面に卵を塗った「卵不使用」調理パンって...

年齢・性別 : 5歳 男児

アレルギー : 卵

症状 : じんま疹

経過 : 卵不使用と記載されていた調理パンをスーパーで購入し食べたところ、全身じんま疹が出ました。

解説 : パン自体には卵は使用していなかったため、卵不使用と記載されていましたが、調理の際、表面に卵を塗ってありました。アレルギーの食品表示義務は包装加工食品に適用されるが、お総菜などの店頭販売食品には表示義務はない。

対策 : 店頭で販売される食品には表示義務がないので注意が必要です。

事例 51

手作り食品には表示義務がないので...

年齢・性別 : 3歳女児

アレルギー : くるみ

症状 : じんま疹

経過 : おやつに、お土産にもらった五平餅を食べたところ、咳が止まらなくなって、病院に受診した。

解説 : くるみに対してアレルギーがあることはわかっていたが、五平餅にくるみを使うこともあることは知らなかった。

対策 : 手作りの食品には原材料の表示がない場合が多いため、注意が必要であり、問い合わせ先が明記されている時には、電話で内容を確認する。

紛らわしい表示でもお子さんのアレルギーと関連のあるものは覚えるようにしましょう

事例 52

少しなら大丈夫と思ったが...

年齢・性別 : 2歳 男児

アレルギー : 小麦

原因 : 小麦グルテンが5%入っている米粉で作られたパン

症状 : 顔と腕にじんま疹

経過 : 義理の父が、米粉だけを使ったパンを買ってきてくれた。店の人は義父に、小麦成分は入っていないと言ったそうだが、心配だったので問い合わせをしたところ、軟らかさを出すために小麦グルテンを5%入れていて、重篤な小麦アレルギーの人以外は大丈夫だろうと言われた。5cm大を食べさせたら、3時間後に顔と腕にじんま疹がでた。病院に行き、待っている間に症状は落ち着いた。

解説 : 米粉パンに含まれていた少量の小麦グルテンで症状がでました。

対策 : 小麦アレルギー患者さんはグルテンを含む食品も食べさせない。

事例 53

グルテン入りの「100%米粉パン」って...

年齢・性別 : 3歳1ヵ月 男児

アレルギー : 小麦

原因 : 米粉パン

症状 : アナフィラキシー

経過 : ショッピングモールの店頭販売で、「100%米粉パン」と銘打ったパンを購入しました。成分表示に小麦は入っていないことは確認して食べましたが、その帰りの車の中でアナフィラキシーを起こしました。

解説 : 「100%米粉」という表示にもかかわらず、グルテンが含まれていたことが分かりました。製造者はグルテンが小麦成分と認識していませんでした。

「100%米粉パン」という表示だと、小麦アレルギー患者が選んで食べることを予想すべきです。

対策 : 製造側はアレルギー表示について十分に理解する必要があります。また、食物アレルギーに関する知識も必要です。

小麦アレルギー患者さんやその家族は「米粉パン」にはグルテンが使われることがあることを知りましょう。

わかりにくい表示例の解説

カカオバター	カカオ豆をローストした後、すりつぶして作られるカカオマスを圧搾してとった脂肪分。バターという単語が含まれているが「乳」とは関係ない。
カゼイン	牛乳の主なアレルゲンタンパク質の1つ。熱処理では凝固しにくい。酸で固まる性質がある。
グルテン	グルテンは小麦、ライ麦などの穀物に含まれるタンパク質であるグリアジンとグルテニンが結合したもので、小麦などの主要なタンパク質である。小麦粉特有の「ねばり」を作る成分。タンパク質の含有量の多い順に、強力粉（パン、パスタ用）・中力粉（うどん、お好み焼き、たこ焼き用）・薄力粉（ホットケーキ、クッキー用）に区別される。
ゼラチン	タンパク質の1種で、水溶性のコラーゲン。水に溶いて加熱したあと冷やすと固まる性質を有する。牛・豚・にわとりの骨や皮が原料となる。魚由来のものもあるが、哺乳類由来のゼラチンとは一般的には交差反応しない。
増粘多糖類	果実、豆、でんぷん、海藻から抽出した多糖類で、増粘剤や安定剤として使われる。これによって食品にとろみをつけ、食感やのどごしを良くする目的で広く使用される。お菓子・アイスクリーム・ドレッシング・練り食品などに使用される。
タンパク加水分解物	原料のタンパク質をペプチドあるいはアミノ酸まで分解したもので、うま味調味料として使用される。動物性の原料として牛、にわとり、豚、魚など、植物性の原料として大豆、小麦、コーンなどが使われる。
でんぷん	多糖類の1種で、水に溶いて加熱すると糊状になる。じゃが芋・米・小麦・くず・コーン・さつまいも・サゴヤシなどが原料になる。
乳化剤	混ぜにくい2つ以上の液体（例えば油と水）を乳液状またはクリーム状（白濁）にするための添加物である。卵黄あるいは大豆のレシチンや牛脂などから作られる。化学的に合成されることもある。牛乳から作られるものではないので、牛乳アレルギー患者でも摂取できる。
乳糖（ラクトース）	牛乳中に存在するガラクトースとグルコースが結合した二糖である。稀ではあるが、牛乳アレルギー患者でアレルギー症状を起こすことがある乳癌は牛乳を原料として作られているため、乳糖1g中に4～8μgの牛乳タンパク質が混じっている。乳糖はアレルギー物質表示制度では表示義務になっている「乳」に含まれる。「乳」の文字が含まれているため「乳」の代替表記として認められている。
乳酸菌	食べ物を発酵して乳酸を作り出す細菌の名前。牛乳とは直接関係なく、牛乳アレルギー患者も摂取可能。しかし、乳酸菌で発酵した乳（発酵乳）は原材料が乳であるため、牛乳アレルギー患者は摂取できない。
乳酸カルシウム	化学物質であり「乳」とは関係ない。
ホエイ(ホエイ)(乳清)	牛乳に含まれるタンパク質で、牛乳から乳脂肪やカゼインを除去した水溶液である。酸で固めたときに残る液体部分（乳清）である。
ラクトグロブリン	牛乳の主なアレルゲンタンパク質の1つ。カゼインにはペクチン処理に耐性を示すが、加熱処理には弱い。
卵殻カルシウム	卵殻カルシウムには高温で処理された焼成カルシウムと未焼成カルシウムとがある。焼成カルシウムには卵のタンパク質が残留していないため、食品衛生法では卵の表示は不要であるが、未焼成カルシウムは確認不十分のため、卵の表示をしている企業が多い。（卵殻未焼成カルシウムも卵のアレルゲンの混入がほとんど認められず、卵としてのアレルゲン性は低いとされている）
レシチン	乳化剤として使用。大豆あるいは卵黄から作られる。
油脂	動物性油脂には魚油・バター・ラード、植物性油脂には大豆油・パーム油・なたね油・コーン油・キャノーラ油・やし油などがある。

まとめ 医薬品や加工食品のアレルギー物質表示

医薬品や医薬部外品、化粧品

- ・ 医薬部外品には食物アレルゲンが入っていても表示の義務はありません。
- ・ 食物アレルギーと関連する薬剤を知っておきましょう
- ・ インフルエンザワクチンには卵成分が含まれています。しかし、その量は微量のため卵アレルギー患者の多くは安全に接種ができます。ワクチンに詳しい医師に相談して下さい。卵アレルギーの患者さんは、卵を安全に食べることができるか、自分で確認することはしないで下さい。

食品表示

- ・ 加工食品を買う時には、必ず表示を確認しましょう。また、可能であれば複数の目で確認をしましょう。例え、食べ慣れた加工品でもリニューアルすることがあるので、毎回確認しましょう。
- ・ 製造ラインの記載のある枠外表示まできちんと読みましょう。
- ・ レストラン、店頭販売、総菜などの量り売り、試食品などにも表示の義務はありません。
- ・ 分かりにくい表示についてもお子さんの原因アレルゲンと関連するものは覚えておきましょう

自宅（祖父母宅）

1、食品購入時

よく行き来する祖父母宅での問題点

事例 54

同じメーカーのジュースで...

年齢・性別 : 4歳 女児

アレルギー : 牛乳

経過 : 祖父母宅にて、いとこの小学生のお兄ちゃんと一緒に遊んでいる最中に、冷蔵庫からジュースを出して一緒に飲んで症状が出てしまいました。いつもと同じメーカーのジュースでしたが、りんごジュースではなくヨーグルト飲料でした。

解説 : 以前飲んだことのあるパッケージのジュースだったため、大丈夫と思ったとのこと。

対策 : 似たようなパッケージやシリーズで、原材料品目が異なる加工品が販売されています。同じものでも改良で材料変更されていることもありえます。購入時に気をつけることは当然ですが、小さいお子さんでしたら必ず「大人に確認してから飲食すること」を教える必要があります。また、よく行く祖母宅であれば自宅同様に原因アレルギーは置かないようにしてもらいましょう。

2、情報共有不足

見た目がそっくりな代替食に潜む問題点

事例55

あまり上手に代替食を作りすぎたばかりに...

年齢・性別 : 6歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 牛乳入りアイスクャンディー

症状 : 全身のかゆみとじんま疹

経過 : お友達とおやつと一緒に食べる時に備えて、見た目がそっくり同じものを牛乳除去して作って準備していました。しかし、母親が席をはずした時に、お友達のお母さんが区別つかなくて与えてしまいました。食べて15分ぐらいした時に全身のかゆみとじんま疹が出て間違っただけで与えたことに気づきました。すぐに手持ちの薬を飲ませて症状はおさまりました。

解説 : お友達には牛乳入りの市販のアイスクャンディー、患児にはおかあさんの手作りの牛乳除去のアイスクャンディーを準備しておいたのですが、見た目がほとんど変わらないために、お友達の母親が患児に牛乳入りのアイスクャンディーを与えてしまいました。

対策 : 除去食を行っている場合も、できるだけ同じようにみえるものを与える工夫は大切と考えます。しかし、そのことをみんなで理解していないとこのような誤食につながります。食器を色違いにしたりして区別する工夫が必要です。

事例 56

まさかお代わりの時に間違うなんて...

年齢・性別 : 14歳 男子

アレルギー : 牛乳・小麦

原因 : 家族用のシチュー

症状 : アナフィラキシー

経過 : 夕食のシチューで、自分でお代わりする際に、アレルギーの入った家族用のシチューを患者自身が誤って食べたところ、じんま疹、咳、喘鳴、腹痛、嘔吐が出現し病院を救急で受診、点滴等の処置で症状は改善しました。エピペン®を所持していましたが、自宅で注射するタイミングがわからず、使用できませんでした。

解説 : 以前は、家族全員がアレルギー対応のシチューを食べていましたが、今回は患者の年齢も高く、見た目も味もまったく違うシチューをアレルギー用と家族用に別々のお鍋で作りましたが、患者本人が確認しませんでした。

対策 : 中学生でもあり、あれこれ言われるのが嫌だろうと、本人まかせが事故を招きました。アナフィラキシーまで起こしており、家族が患者と異なるものを一緒に食べる時は自宅といえども、はっきり区別できるような工夫が必要です。エピペン®を使用するタイミングは医師とよく相談しておく必要があります。

留守中に面倒を見てくれる人には、十分な情報を話しておかないと

事例 57

母親の留守中におじいちゃんが...

年齢・性別 : 1歳 女児

アレルギー : 卵、牛乳

原因 : 卵と牛乳入りのビスケット

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 母親の留守中に、同居していない祖父が卵と牛乳入りのビスケットであることを知らずに与えてしまい、全身にじんま疹が出ました。祖父から連絡を受けたので、すぐ救急車で病院に連れて行ってもらいました。

解説 : 同居していない祖父は孫が牛乳アレルギーとは知っていましたが、除去の内容について詳しく聞いていなかったため、卵と牛乳入りのビスケットを与えてしまいました。

対策 : 除去食を行っている場合、患児をとりまく家族全員がその内容を知っていることが大切です。お母さんの留守中でも食べていけないものわかるように、具体的に記載した表を目につくところに貼っておくのも良いでしょう。

事例 58

アレルギーと知っていたが、ほしがる孫に少しくらいと...

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルギー : 小麦

原因 : 菓子パン

症状 : 顔面の発赤、じんま疹

経過 : 祖父に子供を預かってもらっていた時に、置いてあった菓子パンを見つけ欲しがりました。食物アレルギーがあるとの認識はあったのですが、かわいそうに思い、少しくらいなら大丈夫だろうと食べさせてしまったところ、顔にじんま疹が出てしまいました。

解説 : 原因食品でも少しくらいならよいだろうと、安易に与えてしまったことが原因です。

対策 : 家族内での理解を深めてもらい、聞き分けの難しい年齢の子の前にアレルギー食品を置かないことも大切です。

3、食品の整理整頓

アレルギー食品や家族・兄弟などの食べ残しなど、そのままにしておくは大変です

事例 59

まさか触るとは...

年齢・性別 : 4歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 生クリーム

症状 : 眼の周りの発赤と腫れ、体の痒み

経過 : 子供は別の部屋で遊んでいたのですが、保育園でもらった誕生日ケーキの入った箱をテーブルの上に置いたまま、台所で食事の支度をしていました。しばらくして、「おかあさん」と呼ぶ声がしたので行くと、ケーキの箱の中に手を入れて生クリームをなめていて、眼の周りが赤く腫れて、全身を痒がっていました。

解説 : 箱に入っていたが、子供の手の届くテーブルの上にあったケーキの生クリームをなめて症状が出ました。

対策 : 手の届くところにはアレルギーは置かない。また本人に食べてはダメなもの自覚を促すことも必要です。

事例 60

お兄ちゃんのラムネを自分のと同じお菓子だと思って...

年齢・性別 : 2歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : ミルクカルシウム入りのラムネ

症状 : 顔面の発赤と咳

経過 :一部のラムネは食べていたので、兄が食べているミルクカルシウム入りのラムネを見つけて食べてしまい、顔面の発赤と咳が出現しました。かかりつけの小児科に受診し、吸入と内服を行い症状は改善しました。

解説 :兄の食べているラムネを、自分の食べているものと区別できずに食べて、症状が出てしまいました。

対策 :アレルギーとなるものは家に置かない、または手の届かない場所に置くなど、家族の協力も大切です。咳は、重篤なアレルギー症状のサインなので、病院を受診して適切な対応をしてもらう必要があります。

事例 61

お兄ちゃんがもらったチョコレートを知らない間に...

年齢・性別 :5歳 男児

アレルギー :ピーナッツ

原因 :ピーナッツクリーム入りのチョコレート

症状 :顔と体にじんま疹

経過 :兄の学校のクリスマス会で配られたチョコレートを知らないうちに食べてしまい、顔と体にじんま疹が出ました。ラベルを調べたらピーナッツクリームが入ったチョコレートでした。

解説 :見た目だけではピーナッツが含まれるかわからないチョコレートを食べて症状が出てしまいました。

対策 :アレルギーの子どもがいる場合、兄弟がもらって帰ってきた食品は、すばやくアレルギー児の見えない場所に片づける必要があります。

事例 62

食べ残しには注意を！

年齢・性別 :2歳 男児

アレルギー :牛乳

症状 :じんま疹、咳

経過 :兄弟が飲んだ飲みかけのコップの牛乳を、お茶が入っていると思って飲んでしまい、じんま疹と咳が出ました。

解説 :飲みかけのコップからの牛乳の誤食は報告が多く、兄弟に食物アレルギーがない家庭での報告が多いのが現状です。

対策 :牛乳アレルギーは、数滴というごく少量でも症状が誘発されることがあり、原因アレルギーは子どもの手の届かない場所に置く必要があります。

事例 63

食卓に残されたスプーンが...

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : 牛乳

原因 : スプーンについたカフェオーレ

症状 : 嘔吐、じんま疹

経過 : 朝食で父親がカフェオーレを飲むのに使用したスプーンを、食卓に置きっぱなしで会社に出かけてしまったことに気づきませんでした。子どもが食卓に残されたスプーンをなめてしまい、その後、急にぐったりし、多量に嘔吐し、全身にじんま疹が出たので病院に連れて行きました。

解説 : スプーンに残ったわずかの牛乳がアレルギー症状をひき起こしました。ごく少量のアレルギーでも患者によっては重篤な症状の原因となります。

対策 : 食物除去をしている場合、食物そのものはもちろんですが、調理に使用した器具や、食器まで注意が必要です。調理したらすぐに洗う、食器はただちに片付けるといったことで、このような誤食は回避できます。

事例 64

身近にアレルギーは置かないこと！

年齢・性別 : 1歳 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 牛乳を浴びた

症状 : アナフィラキシー

経過 : 兄の飲み残しの牛乳を取り上げたところ、患児がとびかかったため牛乳を頭から浴びてしまいました。過去に微量でアナフィラキシーをおこした既往があるため、誤食時の緊急時薬を飲ませ、直ちに病院を受診しました。病院を受診した時点で、アナフィラキシー症状が出現しましたが、迅速に処置がおこなわれ大事にいたることはありませんでした。

解説 : 低年齢の場合、予期せぬ行動をおこすことがあります。身近に、アレルギーの原因となるものを置かないように努めるしかありません。兄弟が飲んだり、食べたりする場合は、場所をきめて残したものはすみやかに片づけましょう。この事例では、アナフィラキシーの既往があることから、自宅で緊急時薬を内服して病院を受診したことが、大きな事故にならずに済んだ要因となっています。

事例 65

お兄ちゃんのたべこぼしに卵が...

年齢・性別 : 1歳 女児

アレルギー : 卵

原因 : 卵焼きの食べこぼし

症状 : アナフィラキシー
経過 : 10ヵ月ごろまで重症のアトピー性皮膚炎でしたが、スキンケア・軟膏塗布と卵の除去で皮膚炎はほぼ治っていました。卵料理はまったく食べないようにしていたのですが、4歳の兄の卵焼きの食べこぼしを患児が口に入れてしまったようで、その直後に口唇から顔全体の発赤、腫脹および喘鳴、呼吸困難が出てきました。救急車を呼んで病院に連れて行きました。

解説 : 過敏症状の強いお子さんでは、ごく少量でも症状が誘発されることがあります。
対策 : 食物アレルギーの強いお子さんのいる家庭では、家庭内にアレルギーとなる食品は置かないようにするのが一番ですが、置かざるを得ない時には、患児がアレルギーに触れることがないように、十分に注意することが必要です。

まさか生ゴミのふたを開けるなんて...

事例 66

ゴミ箱の中のタマゴの殻が...

年齢・性別 : 4歳 女児

アレルギー : 卵

原因 : ゴミ箱に捨てられていた卵の殻

症状 : 顔面のかゆみと腫脹

経過 : 母親が台所に入ると、子どもが顔を掻きむしりながら、泣いていました。見ると顔が真っ赤に腫れており、手にはゴミ箱から拾い出したと思われるタマゴの殻がにぎられていました。水で顔を洗って症状は軽快しましたが、念のため主治医に相談して飲み薬を飲ませました。

解説 : 生ゴミの卵の殻に残っていた微量タンパク質による症状です。

対策 : アレルギーの除去は、ゴミの後片付けまで慎重に対処することが必要です。

4、食事中的配慮

事例 67

お兄ちゃんの食事に手をのばして...

年齢・性別 : 3歳 男児

アレルギー : イクラ

原因 : 手巻き寿司（イクラ巻）

症状 : 全身のじんま疹

経過 : 夕食の手巻き寿司を兄弟2人だけで食べていたところ、患児がつい手を伸ばして兄のイクラ巻きを食べてしまいました。食べた直後から全身のじんま疹が出てきたため、すぐに手持ちの薬を飲ませました。

解説 : 小さなお兄さん、お姉さんにまで除去食を理解させることは難しいでしょう。しかし事例のように少量を口にただけでもアナフィラキシーとよばれる重篤な症状が起きることがあります。

除去しているものを食卓に出す場合は細心の注意が必要です。

対策 : 原因食品の除去食が、家族みんなの心理的負担にならないよう、小さな兄弟にもわかりやすいように食物アレルギーを話してあげてください。機会があれば除去食をしている兄弟の診察に付き添って、主治医の先生から話してもらうのも良いでしょう。

5、極微量でも症状が出る子もいます

事例 68

ヨーグルトを食べたお姉ちゃんのクシャミが顔に飛んで...

年齢・性別 : 1歳 男児

アレルゲン : 牛乳

原因 : ヨーグルト

症状 : 顔面のかゆみと腫れ

経過 : 生後1ヵ月より牛乳除去を継続していました。おやつ時間に4歳のお姉さんがヨーグルトを食べていて、患児の顔の前で大きなクシャミをしました。そのクシャミを浴びたとたん顔中を掻きむしりだし、まぶたはパンパンに腫れあがりました。すぐに流水で顔を洗い、水で絞ったタオルで冷やし、アレルギー症状が起きた時に服用するように指示されていた薬を飲ませたら症状は軽快しました。

解説 : お姉ちゃんのくしゃみの中に含まれていたヨーグルトで症状が出ました。思わぬことで、アレルゲンを浴びることがあります。クシャミのように避けられないこともあります。

対策 : アレルゲンを浴びてしまった時はまず、流水でしっかり洗い流してください。万一の場合に、主治医の先生からお薬を戴いておくことも大切です。アナフィラキシーとよばれる重篤なアレルギー症状の既往がある場合には、即効性のあるエピペン®という自己注射用の薬を処方してもらうのもよいでしょう。

事例 69

話をしていただけなのに...

年齢・性別 : 7歳 男児

アレルゲン : 魚

原因 : 口から飛び出した魚のかけらあるいは唾液

症状 : 発赤、かゆみ、じんま疹、目の充血

経過 : 食卓の向かい側に座った兄が、魚を口に入れたまま話をしていたところ、急に目や顔が痒くなってきました。

解説 : 目に見えない程度のアレルゲンでも、食物アレルギーが重症であれば、アレルギー反応が起こることがあります。

対策 : アレルギーの強い子供さんがいる家庭ではその子にあわせた献立を考え、家族みんなで同じものを食べるようにするのがよいでしょう。どうしてもできない場合は、時間や場所をずらして食

事をとるようにし、魚料理を食べたあとは菌みがき、うがい、手洗いをしてから、アレルギーのある子供と接するようにしましょう。

事例 70

本人は食べていないのに...

年齢・性別 : 7歳 女児

アレルギー : 小麦、そば

原因 : 兄が食べたクッキー

症状 : アナフィラキシー (顔の紅斑と喘息発作)

経過 : 兄がクッキーを食べ、その後、口も手も十分に洗ったにもかかわらず、一緒に遊んでいたら顔が赤くなり、喘息症状が出てきました。緊急常備薬を内服し、病院を受診し、点滴で症状は治まりました。

解説 : クッキーを食べたあと、兄は手と口を洗ったにもかかわらず、症状が出てしまいました。衣類などにクッキーのかけらがついていていた可能性もあります。

対策 : お子さんが強いアレルギーを持っている場合、家族にも協力してもらい、家庭内にアレルギーとなるものを置かないようにする必要があります。特に外出先や、お友達の家などでは注意が必要です。

事例 71

触っただけでもアレルギーが出るの？

年齢・性別 : 7ヵ月 女児

アレルギー : 牛乳

原因 : 牛乳を飲んだあとの唾液か、手に残った牛乳

症状 : 発赤、じんま疹

経過 : 父親が牛乳を飲み、そのままうがい手洗いをせずに子供を抱いたところ、父親の手が触れた首の後ろにじんま疹が出始めた。

解説 : 食物アレルギーが重症な場合、触っただけでもアレルギー症状が出てくることを知っておく。

対策 : 原因食品を食べたあとは、うがい手洗いをしてから、子供に接するようにする。

事例 72

触っただけでも、症状が出ます！

年齢・性別 : 4歳 男児

アレルギー : 卵

原因 : 手に付着していた卵

症状 : 接触部位の皮膚の発赤・かゆみ

- 経過 : 鶏卵を材料に、カップケーキを作っていた姉が、保育園から帰ってきた弟を抱き上げたところ、接触部位がみるみる、赤くなりかゆみが出現。直ちに、接触した部位を流水で洗い流して、症状が軽快した。
- 解説 : 姉が、鶏卵を触った手をしっかり洗わなかったために、接触によるアレルギー症状を起こした。経口摂取以外にも食物アレルギーが起きることもあります。
- 対策 : 家族に食物アレルギーがある場合は、家族全員が認識して、手も含め原因食物が付着した場合は十分に洗うなどして、注意することが大切です。