

第12回府民健康フォーラム

～私たちの暮らしと薬・検査・栄養～

開催日：平成28年11月23日（水・祝）

会場：ブリーゼプラザ 小ホール ブリーゼタワー 7F

主催：（公社）大阪府栄養士会・（一社）大阪府薬剤師会・（公社）大阪府臨床検査技師会

後援：大阪府・大阪市・堺市・東大阪市・高槻市・豊中市・枚方市



1 基調講演

「子どものアレルギー 最新の考え方と治療」

講師 医療法人創和会

かめさきこども・

アレルギークリニック

院長 亀崎 佐織先生

児童生徒のアレルギー疾患は、アナフィラキシー、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、鼻炎が増えている。

アレルギー疾患は決して珍しい疾患ではなく、学校には各種のアレルギー疾患の子どもが多数在籍している。学校で給食を食べた時、突然症状が現れる子どもがいる。症状が急速に変化し、重篤な症状に至ることもある。そのため、正しい知識と適切な対応を身に付ける必要がある。

アトピー性皮膚炎とは、かゆみを伴う湿疹が2か月以上続く、あるいは繰り返す状態。アレルギー素因、皮膚機能異常があることが多い。いろんな外的条件で発症・悪化する。

アトピー性皮膚炎の皮膚はバリア機能が低下している。そのため、アトピー性皮膚炎の治療は、悪化因子の除去、炎症部位に対する薬物療法（ステロイド、タクロリムス）、乾燥部位に対するスキンケア（保湿剤、乾燥防止の工夫）の3つを一度に行うことが大切である。

食物アレルギーとは、原因物質を摂取した後免疫学的機序を介して生体にとって不利益な症状（皮膚、粘膜、消化器、呼吸器、アナフィラキシーなど）が惹起される現象。何かを食べる、触る、吸い込むことにより、アレルギー反応が出る。

乳幼児の食物アレルギーの70%は3歳までによくなる。卵、乳、小麦は3歳までに50%、6歳までに90%は食べられるようになる。

本当に食物アレルギーか？ IgEが高いだけではわからない。一般に、①乳児では腸管の免

疫が発達していないためアレルギー反応が起きやすい。②年齢が進むほどアレルギー反応が起きにくくなる。自然に、食べても症状が出なくなる（耐性獲得）。③IgEが高いほどアレルギー反応が起きやすい。④食品によって、IgEが低くてもアレルギー反応が出やすいもの、IgEが高くても出にくいものがある。⑤体調が悪いとアレルギー反応が出やすい。⑥食後すぐに運動したり、ふろに入ると、アレルギー反応が出やすい。⑦IgEがずっと高い場合は、実際に食べてみないと本当にアレルギーかどうかわからない。（食物負荷試験、家庭での安全な食べ方の指示）⑧ある時期になると、食べていったほうが食物アレルギーはよくなる。

食物アレルギーの治療は、アレルギー食品でも“少しずつ食べていく”“食べられるだけ食べる”。そして安全に、できれば快適に。

最後に、アレルギー体質と上手に付き合うためには、①自分の悪化因子を知る。②治療を続ける。③心（ライフスキル）とからだをきたえる。これが大切である。



講演Ⅰ

「アトピー性皮膚炎と血液検査」

講師 大阪市立大学医学部
付属病院 中央臨床検査部

大浦 綾子氏

アレルギー疾患における

血液検査の役割と検査項目は、①原因となる抗原（アレルゲン）の推定。「特異的IgE」②病気の重症度や病勢を見る。「長期：非特異的IgE、短期：好酸球数、LDH、TARC」③炎症状態の程度を数値化する。「好酸球数、LDH、TARC」

特異的IgEについて、数値が高いからといって、必ずしも臨床症状と関連しない。

非特異的IgEとは、特異的IgEの総和。気

管支喘息、皮膚炎、鼻炎の時にアトピー性要素の有無を調べるのに有用。6～12か月で変動するので、長期的な病勢を反映する。

好酸球とは、アレルギー疾患で増加する白血球の一種。IgEよりも変化が早く、病勢を反映させる。

LDHとは、細胞中に存在する酵素。皮膚の炎症で皮膚の破壊が進むと血液中に出てくる。

TARCとは、白血球の生体内移動や浸潤を誘導するケモカイン。末梢血単核球や皮膚内皮細胞が産生し、IgE産生や好酸球産生を活性化させて、アレルギー症状を引き起こす。アレルギー性皮膚炎の病態を反映して短期間に変動する。治療による皮疹の軽快とともに速やかに低下する。この特性を生かし、プロアクティブ療法において役立っている。

プロアクティブ療法とは、急性期治療後の皮疹が消えた部位でも炎症が残っていると考え、週2回程度の抗炎症外用薬を定期的に外用することで「より小さな炎症のうちにより少ない抗炎症外用薬で」治し、急性悪化を防ぎ、長期間無症状の状態を維持することを狙った方法。



講演II

「治療効果を高める薬の適切な使用方法」

講師 一般社団法人

大阪府薬剤師会

理事 南角 善恵氏

アトピー性皮膚炎ではス

ステロイド外用薬は標準的な治療薬で、湿疹痒みを引き起こす原因である皮膚の炎症を抑えるのに効果的な薬。ステロイドとは私達の副腎皮質という臓器で作られるホルモンで、それとよく似た成分を含むのがステロイド外用薬。

ステロイド外用薬の塗布方法は、①塗る人の手をきれいに洗う。②入浴後拭き取ったらすぐ塗る。③たっぷりと皮膚に乗せるように塗る。④頭皮では地肌到達するように塗る。

ステロイド外用薬の副作用を出さないためには、薬を利用して皮膚を完全につるつるの状態にしてから、使用量を減らしていく。個人差があるので、治療ペースは担当の医師の指示に従う。

喘息の治療について、喘息患者の気道では発作がない時でも炎症が残っている。発作がなくてもこの炎症が治まり、気道の粘膜がきれいに

なるまでは治療を続ける必要がある。治りきらないうちに治療を中止すると再び発作が起き、治りかけた組織がまたもとの状態に戻ってしまうことがある。自分の判断で薬を中止するのはなく、必ず医師の指示に従う。

最後に、医師から処方されたアレルギーの治療薬について家族も理解し、適切な使用をすることが治療効果につながる。薬の気になる副作用や使用上の注意については、かかりつけの薬局薬剤師に相談してください。



講演III

「食物アレルギーの子どもの食事療法で大切なこと」

講師 大阪府立母子保健

総合医療センター

栄養管理室

副室長 西本 裕紀子氏

食物アレルギーの子どもの食事療法で大切なことは、正しい診断に基づく「食べること」を目指した必要最小限の食品除去である。アレルギーを起こしたことのない食品を「念のため」「怖い」「食べさせた経験がない」という理由で除去しない。特異的IgE抗体検査で陽性というだけの根拠で除去しない。また、アレルギー性疾患の発症予防のために妊娠中・授乳中の母親に食物除去を勧めることはしない。食物アレルギー児の離乳食において、離乳食の開始時期を遅らせる必要はなく、アレルギーを起こしにくいものから始める。子どもは、適切な時期に離乳食を進めることで、少しずつ食べ物に親しみ、摂食機能の発達を獲得し、生活リズムを身につけ、家族と一緒にいろいろな料理を食べる楽しさを体験し、「食べる力」を育てていく。

食事療法を実施する上で留意することは、①成長期の栄養面に配慮し、除去食品の種類と程度に応じた代替食品を摂取する。②誤食を防ぐ。誤食事故防止のためにも、食品表示を正しく理解し、確認する習慣をつける。また、緊急時（誤食時の緊急薬など）や災害時の対応も日頃から準備しておく。③成長に伴う耐性の獲得（治ること）を念頭に、定期的に医師の指導を受け、適切な時期に除去解除、または摂取可能量決定のための食物経口負荷試験を受けるようにする。④専門家の指導の元で安全に食事を摂取し、家庭と学校（通所先）との連携をはかる。

（文責 地活 吉山美和）