

花粉症の人 要注意!



花粉症の人が野菜や果物を食べると、口の中がピリピリしびれる場合がある。花粉と食物が交差反応し、アレルギー症状が

出る「花粉・食物アレルギー症候群(PFS)」だ。

花粉と食物の組み合わせによっては、呼吸困難などの重篤なアナフィラキシーショックを起こすこともある。

七歳で花粉症を発症した女兒(十二)は、九歳ごろからリンゴやモモ、サクランボ、イチゴ、ニンジンなどを食べると、口の中に違和感を訴えた。症状は軽かったが、一変したのは十歳のとき。豆乳を飲んだ直後に呼吸困難を起こした。

女兒を診察した藤田保健衛生大坂文種報徳会病院(名古屋市巾川区)小児科の近藤康人教授は、PFSと診断。検査の結果、ハンノキやシラカンバの花粉、豆乳などにアレルギー反応(陽性)が出た。近藤教授は「シラカンバの花粉と豆乳の組み合わせは症状が重くなり、アナフィラキシーを引き起こすこともある」と指摘する。

女兒は、大豆製品の豆腐や緑豆モヤシでもアレルギーの症状が出た一方で、煮豆の缶詰やみそ、しょうゆなどは大丈夫だった。大豆は、加熱することでタンパク質の構造が変わり、アレルギー症状を引き起こさなくなるためだ。缶詰などはしっかり加熱されているが、加熱が不十分になりがちなモヤシの炒め物などは注意が必要という。

PFSになりやすい花粉と野菜や果物の組み合わせがある。患者数は、国内の花粉症の患者約四千万人のうち一〜二割とみられる。多くは「口の中がピリピリする」など症状は軽いが、ひどくなって受診する患者が近年増えている。喉の奥が腫れたり、吐き気、腹部

花粉・食物アレルギー症候群の 主な組み合わせ

花粉	果物・野菜
シラカンバ ハンノキ オオバヤシャブシ	リンゴ、サクランボ、モモ、アーモンド、セロリ、ニンジン、ジャガイモ、大豆、ピーナツ、キウイ、マンゴー
スギ	トマト
オオアワガエリ ホソムギ	メロン、スイカ、トマト、ジャガイモ、キウイ、オレンジ、ピーナツ
ヨモギ	セロリ、ニンジン、マンゴー
ブタクサ	メロン、スイカ、バナナ、ズッキーニ、キュウリ

交差反応: 特定の野菜や果物のタンパク質が、似た構造の花粉のタンパク質と見なされ、花粉症の人にアレルギー反応が起きること

の不快感などの症状が出ることもある。PFSの原因と考えられるのは、植物自身がストレスから身を守るために必要とする生体防御タンパク。花粉と果物のタンパク質の構造が似ていると、交差反応して症状が出る。

飛散する花粉量の増加に加え、大気汚染や紫外線など、植物にとってのストレスが増えて生体防御タンパクが増え患者が増えているとみられている。

原因物質の特定を

アレルギーを起こす野菜や果物の種類が少なく、症状が軽いときは、食べないように自衛する。

しかし、種類が多かったり、症状がひどい場合は、日本アレルギー学会の認定専門医を受診(学会名で検索)。

アレルギーの原因と考えられる物質を皮膚につけてみる試験や、血液検査を実施し、原因となる花粉や食べ物を特定する。

アナフィラキシーを引き起こす可能性があれば、症状を一時的に緩和する自己注射薬「エビペン」が処方されることもある。

花粉抗原液の注射を数年間続け、根本治療を目指す免疫療法が、PFSにも有効な可能性がある。ただ、保険適用されたのはスギとブタクサの花粉症だけ。シラカンバやカモガヤの花粉抗原液が日本では販売されておらず、保険は適用されない。