



# 健康だより

第44号 2019年 2月

虹の薬局

☎0952-32-2077

虹の薬局多久店

☎0952-71-2087



## 花粉症と果物・野菜アレルギー

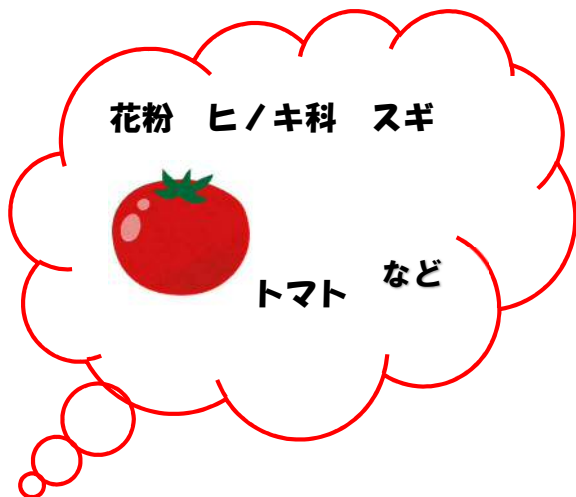
りんご、桃、キウイフルーツなどを食べて、唇や口の中、のどなどに、イガイガ感、かゆみや腫れなどを感じたことはありませんか？

それは口腔アレルギー症候群とよばれる病気の特徴的な症状です。口腔アレルギー症状群は花粉症患者に多く発症することが分かっています。花粉症に悩まされている人は、口腔アレルギー症候群についても知っておく必要があるでしょう。

## 一般的な食物アレルギーとの違い

	食物アレルギー	口腔アレルギー症候群
感作経路	食物が腸管から吸収されて感作	花粉の吸入により感作
代表的な原因となる食品	卵・牛乳・小麦・魚など	花粉のアレルゲンタンパクと類似したタンパクを含む果物・野菜
アレルゲンの特徴	熱や消化酵素に対して安定したタンパク質	熱に不安定で消化されやすいタンパク質
症状を誘発する箇所	消化管での吸収により発症	口腔粘膜で発症
症状	主に全身症状	唇、口、のど

## 花粉と関連があるとされる果物・野菜



花粉 イネ科



メロン、スイカ、キウイ、トマト、じゃがいも、オレンジなど

花粉 カバノキ科 シラカバ ハンノキ オオバヤシャブシ



サクランボ、アーモンド、ヘーゼルナッツ、豆乳、洋ナシ、桃、リンゴなど

花粉 キク科 フタクサ



バナナ メロン すいか きゅうりなど

口腔アレルギー症候群になった場合は

まずはアレルギーの原因となる食べ物をなるべく食べないことが大切です。息苦しい、意識がもうろうとするなど、症状が重い場合は、すぐに医師の診察を受けてください。