

情報のまとめ方（食物アレルギー）

制限している食べ物	制限の理由		食べて症状（じんましん・湿疹など）が出たことある方はご記入ください					
	医師の指示	自己判断	いつ年月（年齢）	食べたものとその量	食べてから症状までの時間	症状	対応	どのような思いでしたか？
小麦	○		2013/12 (12か月)	ビスケット 3枚	20分くらい	まぶたがはれて、 体中真っ赤に なった	医療機関を受診	みるみる症状が 進んで怖かった
卵		○						小麦で症状が でたから怖い

● さらに質問

- ・小麦について、現在食べているものはありますか？（いつ・何を・どのくらい）
- ・過去に症状なく食べられていたものはありますか？（いつ・何を・どのくらい）
- ・卵はなぜ除去しているのですか？

情報のまとめ方（ぜん息）

- **タイプ** : ゼーゼーしやすい／咳が出やすいまたは長引きやすい
- **入院歴** : ○回（○○年○月、○○年○月）
- **発作の頻度** : 2017年 : ○月、○月、○月
2018年 : ○月、○月、○月
2019年 : ○月
- **発作の契機** : 感冒／季節の変わり目／台風
- **運動による発作** : あり／なし
- **大笑いによる発作** : あり／なし
- **治療** : ○○年○月 シングレア（1か月間）
○○年○月 シングレア+フルタイド吸入（～現在まで）

血液検査陽性だけで除去開始

FA
Q2

例) 今まで全く問題なく食べていたのに、たまたま施行した血液検査で卵と小麦が陽性になった。
医師から卵や小麦のアレルギーと診断、除去をするように言われた。

<ポイント>

- ・ 保護者の悩みや不安、医師からどのような指導を受けているのかを傾聴
- ・ 食物アレルギーの診断 = アレルギーの症状 + 感作（血液検査陽性）であることを伝える
- ・ これまでに症状なく食べられていたのか確認（量や頻度など）し摂取できていれば、これまで通り食べても問題ないことを伝える
- ・ 正しい情報が記載されている資料を提供（ガイドラインや手引きなど）

検査は陰性であったが怖くて食べられない

FA
Q2

例) 乳児湿疹があり、血液検査を施行。卵の数値はでなかった。
医師からは食物アレルギーではないため食べてよいと言われたが怖くて食べられない。

<ポイント>

- ・ 保護者の悩みや不安、医師からどのような指導をうけているのかを傾聴
- ・ 特異的IgE抗体が確認されなければアレルギーの可能性は非常に低いことを伝える
- ・ 少量から食べるように**具体的な方法**を伝える（例：固ゆで卵の黄身から耳かき一杯から2倍毎に増やして、1/2個まで到達したら卵白も同じように）
- ・ **正しい情報が記載されている資料を提供**（ガイドラインや手引きなど）

食物アレルギー児の離乳食の進め方

FA
Q10

例) 新生児期はミルクを飲んでいましたが、その後完全母乳。4か月のときに預けるためにミルクを飲ませたところアレルギー症状あり。もうすぐ6か月、離乳食を始めていない。

＜ポイント＞

- ・ **保護者の悩みや不安、医師からどのような指導をうけているのかを傾聴**
- ・ **食物アレルギーでも、離乳食の開始や進行を遅らせる必要はない**
- ・ **乳児期の食物アレルギーの原因は、鶏卵・小麦・乳で90%を占める。米、野菜類（大根、にんじん、かぼちゃ、サツマイモなど）が原因となることは少ない。**
- ・ **かゆみを伴う湿疹がある場合は、早期の湿疹治療も大切であることを伝える**

unnecessary removal that has been done

例) 元気であるが、体格が小さめ。食事の摂取状況をきくと、米、野菜、魚が中心である。小麦、大豆、鶏卵のアレルギーがあり、毎日の食事に大変苦勞されている。調味料はすべてネットで購入している。

<ポイント>

- ・ 保護者の悩みや不安、医師からどのような指導を受けているのかを傾聴
- ・ 食生活の評価
- ・ 食物アレルギーでも除去が不要な食品があることを伝える

原因食物	除去不要な食品
鶏卵	鶏肉・卵殻カルシウム
牛乳	牛肉・乳糖*
小麦	醤油・味噌・穀物酢
大豆	醤油・味噌・大豆油・緑豆もやし
魚	だし

例) 第1子。両親ともアレルギー疾患はない。

初めて食べた卵ボーロでアレルギー症状あり、病院を受診した。
救急車で受診すべきと指導される。

後日かかりつけ医で、血液検査を行い、卵アレルギーと診断され
「しばらくは除去ですね」と指導を受けた。

<ポイント>

- ・ **保護者の悩みや不安、医師からどのような指導をうけているのかを傾聴**
- ・ 見通しがたい不安に対して、一般的な**自然歴**と今後の**治療の進め方**を伝える。
卵・牛乳・小麦アレルギーは3歳までに約50%、5,6歳までに60-70%が治る
医師と相談し、定期的な評価（血液検査や負荷試験）を行う
- ・ **離乳食の開始や進行を遅らせることは必要ない**
- ・ 母乳において**母親の鶏卵除去は不要**
- ・ 生活の中での**安全の確保、表示の見方、症状など**について

アレルギーの症状と対応がよく分からない

FA
Q5

例) 生後10か月。パン粥を食べて顔と体にじんま疹がでたので病院を受診した。病院で薬を飲んでしばらく様子を見て、改善したので帰宅した。薬は処方されたが、いつ飲んだらよいのか、どのようになったら病院に行くのかよく分からないので不安。

<ポイント>

- ・ 保護者の悩みや不安、医師からどのような指導を受けているのかを傾聴
- ・ クスリが処方されているか確認（保育所などには預けている？）
- ・ 症状が様々であること、すぐに救急車を呼ぶ必要がある症状を説明
- ・ 緊急時対応のカードをわたす（環境再生保全機構よりダウンロード）
- ・ 体調が悪いとき、入浴などで症状が誘発される可能性もあるので注意