

子どものアレルギー

## 乳児期(0～2歳)の発達と特徴

- 乳児期に現れやすい主なアレルギー疾患は「食物アレルギー」と「アトピー性皮膚炎」があげられます。体が未成熟のため行えない検査もあることなどから、症状がアレルギーを原因とするものなのか、その他のものが原因なのか鑑別が難しい時期なので、症状を注意深く観察することが大切です。
- アレルギー疾患の症状としては、下痢や嘔吐・腹痛などの消化管症状や湿疹やじんましんなどの皮膚症状が出るようになります。しかし、まだからだの各器官の発達が十分ではなく抵抗力も弱いいため、色々な病気にかかりやすく、アレルギー疾患ではなくてもアレルギーに似た症状が現れることも少なくありません。

**乳児期に起こりやすい症状と関連するアレルギー疾患**

●消化管症状 下痢、嘔吐、腹痛	●皮膚症状 湿疹、じんましん、発赤、唇のはれ	●呼吸器症状 せき、ぜん鳴、呼吸困難		
				
●関連するアレルギー疾患	●食物アレルギー	●アトピー性皮膚炎	●乳児消化管アレルギー	●ぜん息



## 食物アレルギー発症の気づきポイント

食物アレルギーの症状は皮膚症状が多いが、呼吸器症状、下痢などの消化器症状などが同時に現れることもある。このような症状はアナフィラキシーといい、注意が必要となる。食物を食べた後に、症状が出てしまった場合、以下の項目を記録しておく。

- ★何を食べたか
- ★どれだけ食べたか
- ★食べてから発症までの時間
- ★症状の持続時間は
- ★症状の特徴
- ★症状の再現性はあるか

## アトピー性皮膚炎発症の気づきポイント

- 皮膚は全体的に乾燥肌（ドライスキン）
- かゆみを伴う湿疹が長期間続く
- 湿疹は左右対称にあらわれることが多い

### 乳児の場合

ほお・額・頭・口のまわり・首の付け根・耳に湿疹が出やすく、悪化してくると体や手足にも湿疹が広がる。耳の付け根が赤くただれる「耳切れ」は、よく見られる症状。



ひどくなると体や手足にも出る。

### 幼児・学童の場合

顔の湿疹は減り、かわって首・ひじの内側と外側・ひざとその裏側など、関節部に現れるようになる。



湿疹のあった皮膚がかたくゴワゴワしてくる。

## 幼児期（2～6歳）の発達と特徴

幼児期のアレルギーは、消化器をはじめとするからだの各器官が乳児期にくらべて発達することもあり、乳児期のアレルギー疾患が軽快したり、治ることもある時期です。

特に食物アレルギーについては、原因食品を食べても症状が出なくなることもあるため、主治医と相談のうえ、除去食の見直しを考えるといいでしょう。

その一方で、ダニやハウスダストなどのアレルギーに敏感に反応するようになり、喘息を発症しやすくなります。



## 喘息発症の気づきと悪化予防のためのポイント

- 喘息は早期発見・早期治療が大切と言われています。喘息を放置すると、気道の炎症が悪化し、重症化していきます。喘息の症状として、ゼーゼー、ヒューヒューというぜん鳴が代表的ですが、咳が続いてなかなか治まらなかったり、夜間から明け方に症状が出やすかったりするなどいくつかの特徴があります。当てはまる場合は注意が必要です。小児喘息の多くは成人する前に軽快しますが、重症度が高いほど成人まで持ち越しやすいといわれています。発作予防の薬物療法とアレルゲン対策の環境整備をしっかりと行いながら、発作が出ないようにコントロールすることが大切です。

## 喘息発症の気づきポイント

- ★ゼーゼー、ヒューヒューというぜん鳴がある
- ★咳が続いて、なかなか治まらない
- ★症状はすぐ治まるが、同じ症状を繰り返す
- ★夜間から明け方にかけて症状が出やすい
- ★冷たい空気、たばこの煙、ハウスダスト、運動などにより症状が出やすい
- ★台風や季節の変わり目などで悪化しやすい
- ★家族にアレルギーを持つ人がいる



# 学童期から思春期（6歳頃～）にかけての発達と特徴

この時期は、からだの各器官が大きく発達し、免疫系・内分泌系などの機能も整ってくることから、これまでの喘息などのアレルギー疾患がよくなる人もいます。

その一方で、活動が活発になりほこりや花粉など屋外のアレルゲンと接触する機会が増えることから、アレルギー性鼻炎などを発症しやすくなります。アレルギー性鼻炎は、年々増加傾向にあり、喘息を発症している人の半数以上が合併しているという報告もあります。

また、思春期にかけては、病気の管理が保護者から子ども自身に移行する時期で、管理不足による悪化も目立つようになります。



## 喘息の症状が改善しない場合の注意ポイント

- 喘息治療をしっかりと行っているにもかかわらず、一向によくならない場合、アレルギー性鼻炎を併発していることも考えられます。これは二つの疾患が悪影響を及ぼしあっていることが原因で、症状を改善するためには、治療を同時に進める必要があります。
- 夜眠れないほど鼻詰まりがある、口で呼吸をしている、頻繁にいびきをかくななどの症状が長期間続くような場合は、アレルギー性鼻炎を疑ってみましょう。
- また、この時期は治療の主体が保護者から子ども本人に移行するため、アドヒアランスの低下も心配されます。「運動中に発作が起きてても親へ報告しない」など、親が子どもの症状を正確に把握することが難しくなるため、親や担任・主治医が協力しながらサポートしていくことが大切です。

## アレルギー性鼻炎の発見ポイント

- ★水のような鼻水が治らずに長く続く
- ★夜眠れないほどのひどい鼻詰まりがよくなる
- ★鼻呼吸ができず、よく口で呼吸をしている
- ★いびきを頻繁にかく
- ★アレルギー体質である



# 虫刺されによるアレルギー

- 虫刺されによるアレルギーには、刺された直後から症状が出る「即時型反応」と、翌日などしばらくした後に症状が出る「遅延型反応」があります。
- 即時型反応によるかゆみや発赤、腫れは数時間程度で治まります。遅延型反応によるかゆみや発赤、ブツブツは数日から1週間程度で軽快します。
- 注入された毒液の種類や量、アレルギー反応の有無、年齢や体質によって、症状の程度には個人差があります。

## ★対策

- 何かに刺されたら、患部をこすらず冷水で洗いよく冷やします。毛虫に刺されたときはこすると肌に残った毒毛を広げてしまうことがあるので、粘着テープなどで毒毛を取り除いてから、石鹸とシャワーで洗い流しましょう。
- 蚊による虫刺されなど、軽傷であれば鎮痒成分を配合した外用剤でもよいですが、かゆみや赤みが強い場合は、ステロイド外用剤による治療が必要です。
- OTC医薬品を5～6日間使用しても症状が改善しない場合、あるいは患部に水ぶくれができる、灼熱感や強い痛み、全身に蕁麻疹（じんましん）が出る、などの症状が現れた場合は、医療機関を受診してください。