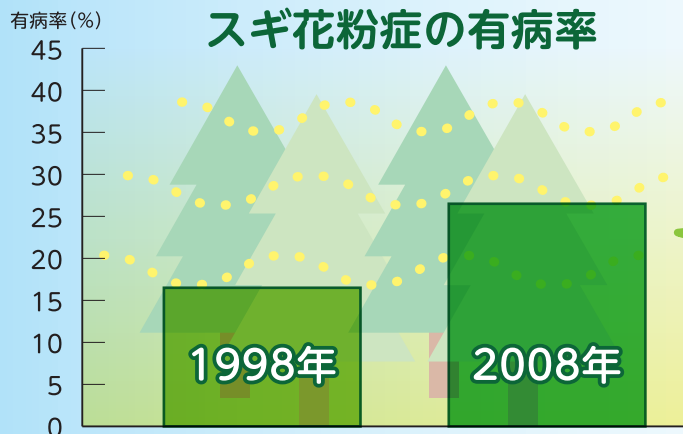


春花粉シーズン到来！日本人の3人に1人は花粉症¹⁾!?

花粉症が引き金となって、

PFAS (花粉-食物アレルギー症候群)
*PFAS: Pollen-food allergy syndrome

の患者さんも増えています²⁾。



スギ花粉症の有病率は2008年には26.5%で、10年間でおよそ10%増加しています³⁾。

PFASとは、花粉症が起こすもう一つのアレルギー

PFAS (花粉-食物アレルギー症候群)は、花粉症の患者さんが果物、野菜などを摂取すると口腔内に限局したかゆみや腫れが生じる疾患です。今や国民病となった花粉症の患者増に伴い、PFASも増加傾向にあります²⁾。

PFASの発症機序

果物や野菜に含まれるアレルゲンには、その構造が花粉のアレルゲンと良く似ているものがあります。

そのため特定の果物や野菜を食べると、花粉が侵入してきたと体が勘違いし、すでに体で作られているIgE抗体と反応して、アレルギー症状を起こすのです。

春花粉	花粉飛散時期	花粉と関連のある食物
スギ・ヒノキ	1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 2~5月	トマト
ハンノキ・シラカンバ	1月 2月 3月 4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1~6月	モモ、ダイズ 等

スギ花粉症の7.8% ~ 16.5%、シラカンバ花粉症の35.1 ~ 62.3%でPFASの合併が報告されています⁵⁾。

PFASを起こしやすい 果物・野菜⁴⁾

サクランボ、モモ、ナシ、プラム、アーモンド、キウイ、メロン、スイカ、トマト、ピーナッツ、セロリ、ミカン、リンゴ など



PFASを防ぐ工夫

抗原となる野菜、果物の除去が基本ですが、加熱調理した野菜や果物は摂取可能です。違和感を感じたら摂取を中止することで症状は治まります。⁶⁾

1) 出典:「アレルギー疾患の現状等」(厚生労働省)

2) 福富友馬. 臨床現場で直面する疑問に答える 成人食物アレルギー Q&A. 日本医事新報社

3) 「花粉症環境保健マニュアル2019」(環境省)をもとに作成

4) 「食物アレルギー診療ガイドライン2016」(食物アレルギー学会)より参考

5) 片田彰博:アレルギーの臨床2012;32:126-131より参考

6) 出典:「厚生労働科学研究班による 食物アレルギーの栄養食事指導の手引き2017」(厚生労働省)

食物アレルギーとPFASの違い

	一般的な食物アレルギー	PFAS*
感染経路	小腸経由(食物摂取により)	口腔粘膜経由(花粉の吸入より)
頻度の高い発症年齢	乳児期～成人期	幼児期～成人期
頻度の高い食物	年齢によって異なる 乳児～幼期：鶏卵、牛乳、小麦、そば、魚類、ピーナッツ等 学童～成人：甲殻類、魚類、小麦、果物類、そば、ピーナッツ等	花粉のアレルゲン蛋白と類似した蛋白を含む生の果物・生野菜
耐性獲得(治る可能性)	鶏卵、牛乳、小麦、大豆は高いが、その他は低い	低い
アレルゲン蛋白の特徴	胃酸・消化酵素に対して安定 (鶏卵：オボムコイドや牛乳：カゼインなど)	熱・消化に不安定
主症状	蕁麻疹、粘膜の炎症、くしゃみ、下痢などの全身の様々な症状	ヒリヒリする、イガイガする、腫れぼったいなどの口唇・口腔内の症状
症状出現時間	30分～2時間程度の事が多い	5分以内

*PFASは口腔アレルギー症候群(OAS)の一種

・出典：「食物アレルギーに関する基礎知識」(文部科学省)

・「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(2019年改訂版)」(厚生労働省)をもとに作成

MAST^{※1}なら1度に48種類のアレルゲンが調べられます

食物系 測定22項目(24種類)		通年性 測定7項目(11種類)		季節性 測定7項目(13種類)	
卵 ミルク	卵白・オボムコイド ^{※2} ミルク	家 塵	ハウスダストI ダニミックス MIX コナヒョウヒダニ ヤケヒョウヒダニ	1月	
穀物 ナッツ	小麦・ソバ 米・大豆 ピーナッツ・ゴマ 木の実ミックス MIX ヘーゼルナッツ アーモンド クルミ	カビ	アスペルギルス カンジダ カビミックス MIX アルテルナリア ペニシリウム クラドスポリウム	2月	スギ・ヒノキ
魚類 甲殻類	サバ・マグロ・サケ エビ・カニ	ペット	イヌ・ネコ皮膚ミックス イヌ皮膚 MIX ネコ皮膚	3月	ハンノキ・シラカンバ
肉	豚肉・牛肉・鶏肉	その他	ラテックス	4月	
果物 野菜	トマト モモ・バナナ キウイ			5月	イネ科ミックス MIX
				6月	オオアワガエリ カモガヤ・ナガハグサ
				7月	ハルガヤ・ギョウギシバ
				8月	ヨモギ
				9月	ブタクサミックス MIX
				10月	ブタクサ
				11月	オオブタクサ ブタクサモドキ
				12月	

※2 卵白に含まれるタンパク質です。
加熱してもアレルゲン性を失わない性質をもちます。

※1 マストイムノシステムズV

MIX 「○○ミックス」ってなに？

1項目に複数のアレルゲンが含まれています。各アレルゲンの結果は出ませんが、幅広い情報を入手することができます。

陽性：ミックスされている全てまたは一部のアレルゲンで陽性。必要に応じて単項目検査を実施します。

陰性：ミックスされている全てのアレルゲンが陰性。