

コラム⑬ 口腔アレルギー症候群について

～花粉症と食物アレルギーの意外な関係

次は「めまい」、もしくは「のど」のお話を…と考えていましたが、先日、「**口腔アレルギー症候群**」疑いの患者さんが受診されましたので、予定を変更して、これについてお話ししたいと思います。

「口腔アレルギー症候群（OAS）」とは、特定の果物や生野菜、ナッツなどを食べた後、数分～15分以内に唇や舌、口の中やのどにかゆみやしびれ、むくみなどがあらわれる症状をきたすもので、**食物アレルギーの一種**です。

そのほか、鼻水などの鼻炎症状や眼や皮膚のかゆみ、さらには腹痛、下痢などの胃腸障害などが現れることもあります。

多くの症状は一時的であり、しばらくすると自然に改善することが多いです。

しかしまれに、喘息発作、アナフィラキシーショックなど、全身症状を合併することもあります。

果物や生野菜、ナッツに含まれる**アレルギーを起こす原因物質（＝アレルゲン）**が、**口の中の粘膜に触れて起こるアレルギー反応**で、体内のIgEと呼ばれる抗体が、食物の特定のタンパク質に反応します。

このタンパク質は小腸に達する前に壊れるため、**主に口の中のみ**で症状が出現します。

それでは、一般的な「**食物アレルギー**」と比較してみます。

一般的な食物アレルギーは、**原因の食物が「腸」から吸収されて感作**されます。

感作とは、特定のアレルゲンに対し、体がアレルギー反応を起こす状態に変化することです。

アレルギーは、熱や消化酵素に対して安定したタンパク質であり、これが消化管で吸収されて起こります。

アレルギー症状は、全身的に出現します。

アレルギーは卵、牛乳、小麦、魚などが代表的です。

これに対し、**口腔アレルギー症候群は、主に「花粉の吸入」で感作されます。**

アレルギーは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、野菜となります。

症状は、主に唇や口の中、のどで生じます。

アレルギーは、熱に不安定で消化されやすいタンパク質となります。

…そうなんです。

口腔アレルギー症候群は、「花粉症」がきっかけとなることが多いのです。

アレルギーの花粉タンパクと「類似した」食物タンパクに対し、アレルギー反応が起こるのです。

該当する「食物自体」がアレルギーとなるのではなく、「類似した花粉のタンパク質」がアレルギーとなるのです。

このようなアレルギーの起こり方を、「交差反応（こうさはんのう）」と言います。

似たような例として、ラテックス（ゴム）にアレルギーを持つ人の一部が、特定の果物、野菜（バナナ、アボカド、キウイ、クリ、ジャガイモ、トマトなど）に対してアレルギー反応を示すことがあり、

「ラテックス-フルーツ症候群」と呼ばれます。

これもラテックスのアレルゲンと、対象となる食べ物のアレルギーの分子構造が似ていることが

要因となっており、**交差反応の一種**です。

以下に、**口腔アレルギー症候群**を起こしやすい花粉と食物の組み合わせの例を提示しますね。

●シラカバ、ハンノキ（カバノキ科）

→リンゴ、モモ、イチゴ、メロン、スイカ、キウイ、オレンジ、マンゴー、ヤマイモ、アボガド、ヘーゼルナッツ、ニンジン、セロリ、ジャガイモ、トマト、大豆

●スギ、ヒノキ（ヒノキ科）

→トマト

●カモガヤ、オオアワガエリ（イネ科）

→メロン、スイカ、オレンジ、キウイ、トマト、ジャガイモ、タマネギ、セロリ、米、小麦

●ブタクサ、ヨモギ（キク科）

ブタクサ→スイカ、メロン、バナナ

ヨモギ→キウイ、ニンジン、セロリ、ジャガイモ、トマト、ピーナッツ、ヘーゼルナッツ、香辛料（マスタード）

花粉症は年々増加しており、国民全体のおよそ30%と言われております。

（アレルギー性鼻炎全体では、40%）

何度も使うフレーズですが、もはや「**国民病**」の状態です。

それに従い、「口腔アレルギー症候群」もますます増加していくものと思われます。

残念ながら予防は「食べないこと」になりますが、対象となる食物の種類が多いため、すべて除去するのは困難が予想されます。

過去に口腔アレルギー症候群を疑う症状が出現したことのある方は、当科で採血によるアレルギー検査を行っておりますので、まずはチェックを行ってみるのはいかがでしょうか？

花粉や食物など、あわせて39種類のアレルゲンをチェックする検査がおすすめです。

またアレルギー症状も、その日の体調などでも変化する場合があります。

予防的に「抗アレルギー薬」を定期的に服用しておくと、症状を抑えることが期待できます。

またこれらアレルゲンは、すでにお話した通り、「熱に不安定で消化されやすいタンパク質」であるため、「加工品」では症状が無くても、「生」で食べると症状が出ることがあります。

ですので、加熱することも予防になります。

また、現在スギ花粉に対するものしかありませんが、舌下免疫療法（コラム④）も、まだ確実とは言えませんが、予防になる可能性があると言われていています。

今回は、ここまで。

次回は、「めまいについて その1」です。

いろいろと誤解の多い、めまいとその治療法。

総論、およびめまいで一番多い、「良性発作性頭位めまい症」についてお話ししますね。

