

名古屋記念

病院

部長：武藤 太一朗



ナッツアレルギーが増えています！

日本専門医機構（小児科専門医）
日本小児科学会（認定小児科指導医）
日本アレルギー学会（アレルギー専門医）

かつては食物アレルギーといえば、卵・牛乳・小麦がトップ3を占めていました。近年、急速にナッツアレルギーが増加しています。

ピーナッツアレルギーだとほかのナッツも食べられないの？

ピーナッツは“ナッツ”という文字が入っていますが、“ナッツ類”ではなく“豆類”です。ピーナッツは殻の中に入っています。あの殻は枝豆やエンドウ豆の「さや」と同じで、ピーナッツは「さや」に納まった「豆」の部分を食べています。

ピーナッツは豆類であり、ナッツ類とは“別もの”です。ピーナッツアレルギーのあるお子さんでもナッツ類が食べられないとは言えません。

ナッツ類って何のこと？

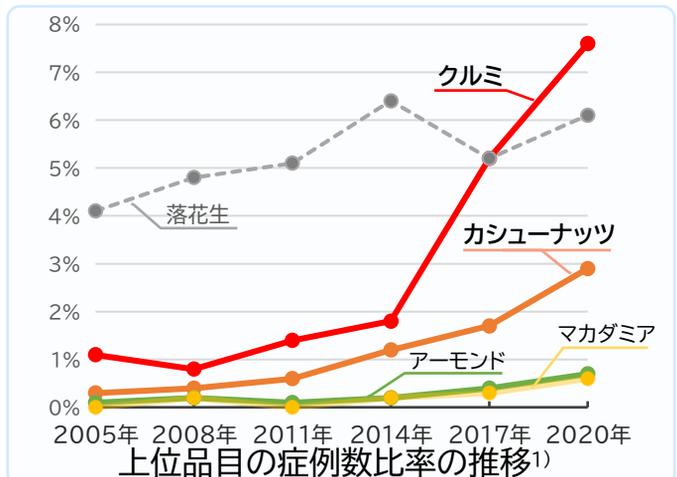
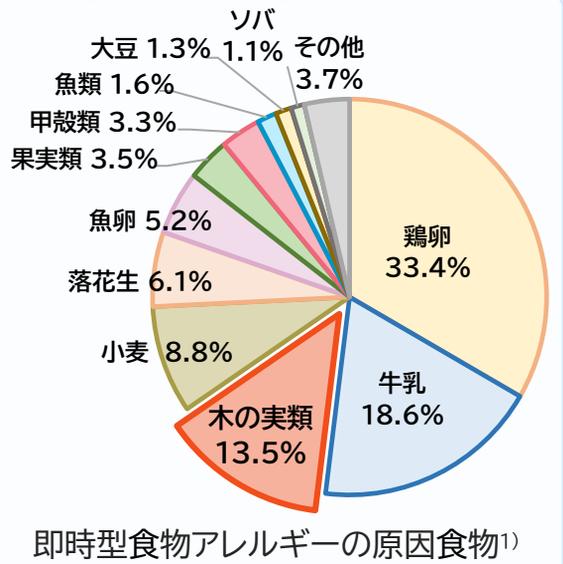
ナッツは木の実を指し、アーモンドやクルミなどがナッツ類に入ります。ナッツの多くは、種の中の「核」や「仁」と呼ばれる部分を食べています。梅干しの種を割ると出てくるあの白いものが「核」「仁」にあたります。杏仁豆腐はあんずの種の中の仁が材料です。



クルミとカシューナッツアレルギーが急増中！

ナッツ類は食べないからと思われがちですが、お菓子、パン、ドレッシング、カレーなどによく使用され、食品表示にも注意が必要です。

クルミは表示義務、アーモンドとカシューナッツは表示推奨となっていますが、他のナッツ類についても個別の原材料の確認が必要です。



1) 令和3年度食物アレルギーに関する食品表示に関する調査研究事業報告書

クルミやカシューナッツのアレルギーがあるとほかのナッツ類も除去が必要なの？

1種類のナッツにアレルギーがあるからといって、他のナッツをすべて除去する必要はありません。

ナッツ類は個別のものと考え、個別にアレルギー症状の誘発を確認します。ナッツ類の植物学的な分類を示します。

クルミアレルギーの人は、同じクルミ科に属するペカンナッツ、カシューナッツアレルギーの人は、同じウルシ科に属するピスタチオにもアレルギー反応を起こすため、あわせて除去などの対応が必要になります。

マメ目	バラ目	ブナ目			ムクロジ目	ヤマモガシ目
マメ科	バラ科	クルミ科	ブナ科	カバノキ科	ウルシ科	ヤマモガシ科
 <p>ピーナッツ 大豆 エンドウ豆</p>	 <p>アーモンド</p>	 <p>クルミ ペカンナッツ</p>	 <p>クリ</p>	 <p>ヘーゼルナッツ</p>	 <p>カシューナッツ ピスタチオ</p>	 <p>マカダミア</p>

ナッツアレルギーの診断、管理はどうやっておこなうの？

「正確な診断」と「必要最低限の除去」が原則です。
 基本的にすべての食物アレルギー管理もこの原則は同じです。
 正確な診断には経口負荷試験が不可欠です。
 血液検査で陽性でも実際に症状なく食べられればアレルギーではありません。
 クルミやカシューナッツなどは血液検査でもコンポーネント(対象の食品の構成タンパクのうちアレルギー症状への関与が大きいタンパク)に対する反応性を評価することでより安全に経口負荷試験が実施できるようになりました。
 アーモンドなどは血液検査で陽性であっても食べられることもよくあります。
 不必要な除去はしていませんか。
 どうぞお気軽に名古屋記念病院小児科にご相談ください。