

「口腔アレルギー症候群」とは？

りんご、桃、キウイなどを食べて、唇や口やのどなどに、イガイガ感、かゆみなどを感じたことはありませんか？

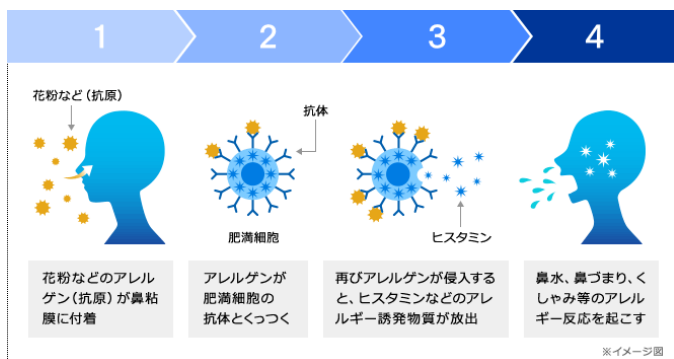
それは「口腔アレルギー症候群」とよばれる病気の特徴的な症状である可能性があります。

「口腔アレルギー症候群」は花粉症の人に多く発症することがわかっています。



今や花粉症は、日本人の3~4人に1人の割合と考えられ、年々その患者数は増えていわれています。花粉症患者のなかには、特定の新鮮な生の果物や野菜を食べると、およそ15分以内に唇、口やのどにかゆみやイガイガするような症状を感じる人がいます。これは「口腔アレルギー症候群」とよばれ、花粉症患者のうちの10人に1人の割合で発症するといわれています。

「口腔アレルギー症候群」の主な症状としては、唇や口の中、のどの奥の刺激感、かゆみ、腫れや閉塞感などがあります。まれに鼻水や結膜の充血、咳や喘息、呼吸困難、腹痛、下痢、「蕁麻疹(じんましん)」を引き起こす場合もあります。更に激しい場合には「アナフィラキシーショック」を引き起こし、急激に血圧が低下し意識がなくなるなどショック状態に陥ることもあるため、注意が必要です。

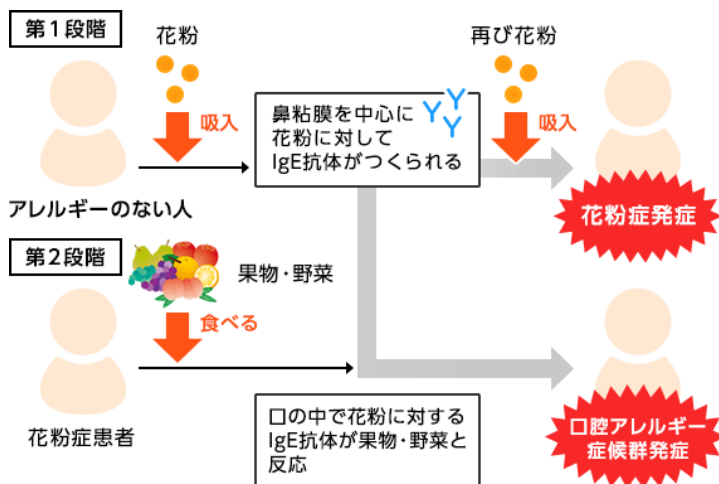


花粉症と「口腔アレルギー症候群」には関係があります。

空気中を浮遊しているスギ・ヒノキ・イネの花粉などが鼻粘膜に付着すると、体は、「花粉」という異物が侵入するとまず、それを受け入れるかどうか判断されます。受け入れないで排除するとされた場合には、これを「抗原」として反応する物質をつくる仕組み、＜抗原抗体反応＞があります。そこで、この物質に対して＜抗体＞(免疫グロブリンE抗体：IgE抗体)が作られ、＜抗体＞は肥満細胞という名の細胞に付着します。

この様に体内で＜抗体＞ができた後に、再び(アレルギー反応をひきおこす異物としての)「アレルゲン」としての花粉が体内に入ると、鼻や目の粘膜にある肥満細胞の表面にある＜抗体＞と結合します。そして肥満細胞からヒスタミンなどのアレルギー誘発物質が放出され、ヒスタミン受容体(ヒスタミンを受ける鍵穴)と結合し、鼻水、鼻づまり、くしゃみ等のアレルギー反応を起こします。これが花粉症の病態です。(図左上)

特定の果物や野菜に含まれる「アレルゲン」の構造は、花粉の「アレルゲン」



と構造がよく似ています。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勘違いされ、すでに体で作られているIgE抗体と反応し、口の中の粘膜に触れて起こるアレルギー症状を起こすことがあります。これを「交差反応」と言います。この交差反応により、花粉症の人が生野菜や果物を食べたときに口腔アレルギー症候群が発症することがあります。(図上)

一般的な食物アレルギーも口腔アレルギー症候群も、「特定の食物を食べると、アレルギー症状を発症する」という点では同じです。大きく異なるのは、その重症度です。一般的な食物アレルギーではじんましんや湿疹、下痢など全身に症状があらわれますが、口腔アレルギー症候群の多くは、口やのどで症状があらわれ、全身に症状があらわれることは多くありません。

この違いがでる理由は、それぞれの「アレルゲン」にあります。食物アレルギーを引き起こす例としては、牛乳や卵、小麦などがあります。これらの「アレルゲン」は、熱や消化酵素に強いため、そのまま腸から吸収されます。一方、「口腔アレルギー症候群」の原因となるのは、果物や野菜です。症状を引き起こす「アレルゲン」は、植物が病原菌の感染や傷害、ストレスから身を守るための生体防御として誘導されるタンパク質です。これらの「アレルゲン」は消化酵素に弱く、胃や小腸といった消化器で容易に分解されてしまうため、口や喉の直接接触した部位だけで反応が起こります。また、熱に不安定で加熱によっても分解されるため、新鮮で生のもので症状が出やすく、加熱した果物や野菜では症状が出ないことも多くあります。

どの果物や野菜で症状があらわれるかは、「アレルゲン」として、どの花粉に構造が類似しているかによります。(図左)

例えば、ブタクサの花粉症の場合にはメロン、スイカ、バナナ、ズッキーニ、キュウリなどを食べた時に症状がでることがあります。シラカバの花粉症の場合には、りんご、サクランボ、桃、アンズ、チェリー、プラム、梨、アーモンド、ピーナッツ、ニンジン、大豆などを食べた時に症状がでることがあります。スギ花粉症の場合には、トマトとの関連性が知られています。また、生のジャガイモの皮をむいた時に、手にかゆみ、赤みが現れるなどのアレルギー症状がでることもあります。

アレルギー症状を誘発しやすいフルーツには、りんご・キウイ・モモ・メロン・サクランボ・マンゴー・グレープフルーツなどがあります。野菜では、セロリ、ニンジン、トマト、ジャガイモ、ナッツ類では、アーモンド、ピーナッツ、クルミ、ココナッツ、ヘーゼルナッツなどが症状を引き起こしやすいとされています。



ラテックス・フルーツ症候群

天然ゴム（「ラテックス」）製のゴム手袋などを使用して、かゆみやじんましんなどが発症した経験がある方は、「ラテックス」アレルギーの可能性がります。まれにアナフィラキシーショックを引き起こす場合があります。「ラテックス」アレルギーがある人では、栗、アボカド、キウイフルーツ、バナナ、パイナップルなどを食べたときに、口の中の違和感やじんましんなどのアレルギー症状をおこすことがあります。これをラテックス・フルーツ症候群といいます。

図は、「eo健康」、「FC2ブログ」、「趣味全開で淡々と」、「エスエス製菓」ホームページ、食物アレルギー診療ガイドライン2016「主な花粉と交差反応性が証明されている果物・野菜など」から引用しました。

この「診療所だより」や診療についての御意見・御要望などをお気軽にお寄せ下さい。これからの参考にさせていただきます。

編集・発行： 勝山諄亮

勝山診療所

〒639-2216 奈良県御所市343番地の4（御国通り2丁目）
電話：0745-65-2631