

食物アレルギーの治療は、原因を確定し、それを除去し、様々な症状を改善していくことです。そして、しだいに耐性を得て、食べても症状の再発が見られないようにしていくのです。しかし、中には、耐性が得られず、長期間除去せざるを得なかったり、誤食により、強い症状を引き起こしたりすることがあります。

経口免疫療法は、反応を起こさない微量から食べ始めて、しだいに摂取量を増やし、アレルギー反応を抑える抗体を高めようというものです。そして、微量でも誤食によりアナフィラキシーショックなど強いアレルギー症状が出る場合に、それが起きないようにすること、また、微量なら症状が出ないが、量が増えると症状が出てしまう場合に、安全に食べられる量を増やすことが目的です。

「食べて治す食物アレルギー治療」というキャッチフレーズで、多くの反響を呼びましたが、経過中に、アナフィラキシーを起こしたり、中断せざるを得なかったり、悪化するという例が少なからずみられ、最近になって、厚労省からも、研究段階の治療法なので、安易に行わないようにと注意が出されました。

経口免疫療法の成功例とされた小学高学年の男児は、せっかく牛乳が飲めるようになったのに、毎晩夜尿症に悩まされるようになり、治療を求めてきました。0-リングテストでみますと、牛乳による脳下垂体へのアレルギーがみられ、抗利尿ホルモンの分泌低下が疑われました。このように、以前と違って出ている症状には気付かない事もあるようです。

これまで、主食の米、小麦、大豆アレルギーでは、症状の軽快とともに、調味料や抗原性の低いものを少量から摂り始め、症状の出現しない量を増やす治療をしてきました。これは、経口免疫療法といえるもので、十分な経験の蓄積があります。これを卵や牛乳に応用していけば良いのです。微量でもアナフィラキシーショックを起こすような方の場合は、小さな診療所では不可能ですが、症状を起こさないように量を増やすことは、これまでの治療の延長ですから、安全に取り組めます。

その際に、0-リングテストで、最適量を確認して、そこから始めると、より安全に行うことが出来ます。最適量は、人により違って、10mgであったり、0.1mgであったりします。その量を、毎日食べながら、基本は1週間毎に2倍を増やします。増やす間隔は、もっと短くて良い場合や、10日以上かかる場合もあります。経過中は、最適量を確認しながら、身体のどこにも負荷中のアレルギーの反応が無いことを条件に、次の段階に進めていきます。ほぼ2~3ヵ月で、生や半熟、多量に摂らなければ、通常のもので食べられます。しかし、増やしすぎますと、慢性のアレルギー症状が出てきます。

経口免疫療法では、5日以上間をあけてしまうと、症状が出る場合があります。これらの症状をチェックするために、食べ方の是非を含めて、定期的に来院していただく必要があります。また、念のため、アレルギー症状を誘発してしまった時に使用する薬を用意しておく必要もあります。

これまで、様々な年齢、様々な病気や症状の方を拝見してきましたが、その殆どに食物アレルギーが関わっていました。この経口免疫療法も、すべてを解決するものではないと思います。慢性のアレルギー症状を起こしても気付かず、アレルギーマーチを繰り返すということにならないとも限りません。アレルギーを起こした食べ物は、たとえ何事もなく食べられるようになっても、少な目に、よく加熱して、何かと混じて濃度を薄くし、よく噛んで食べるということは、基本的に大切なことなのです。