

経口免疫療法（3）

小さな開業医で行う経口免疫療法は、何よりも安全第一です。ORT（O-リングテスト）により、症状を引き起こさずに、安全に食べられる最大量を確定し、その10分の1の量から始めます。一日に1~2回、毎日食べていきます。アレルギー症状が身体中どこにも、何の症状も出ていないことを確認し、ほぼ一週毎に1.5~2倍ずつ増やしていきます。初めは怖いので外来の診察中に食べたい、と希望する方もいらっしゃいますので、他の方々の迷惑にならないように、1~2時間様子をみることもあります。卵、牛乳、小麦の3種で行ってききましたが、ご希望もあり、大豆、ゴマ、米に対しても行ってきました。1種ずつ行う場合や複数を同時に行う場合もあります。根気を要する治療法ですが、3~4か月過ぎますと、つなぎのものはじめ、かなりのものがアレルギー症状なく食べられます。今回は失敗例の中から大切な注意すべき点を学んでいきたいと思います。

卵を25g食べられるようになった6歳児、すき焼きに生卵をつけて、少しくらいはいいか、と思って食べさせたところ、蕁麻疹が出てきた。診察の結果は、他の何物でもなく、卵アレルギーの再発でした。検査の結果、卵ボーロ、1個からまたやり直さねばなりません。生や半熟は、誠にアレルギーが起こりやすいものです。

3歳児、牛乳を17mlまで飲めるようになっていましたが、次第に味やにおいを嫌がるようになり、再度、ORTにて調べなおしますと、3mlまでしか安全ではなくなっていました。やはり生はアレルギーが起こりやすいため加熱したもので行ったほうがより安全にできます。また、嫌がるというサインは重要です。少しでも嫌がる様子があれば、その食べ物に何らかの問題が有る、ということですから調べなおさねばなりません。もしかしたら牛乳そのものよりも、残留農薬や、殺菌剤、放射性セシウム、乳糖などの問題かもしれないからです。

アレルギーを起こさないぎりぎりの最大量を続けている場合は、体調の悪さや消化力の低下、食べ合わせ等の関係でごく軽い気が付かない程度のアレルギーを、時々引き起こしているようで、安全に食べられる量が、増えるどころか、減っていくことが多いのです。

逆に、食べられる最大量よりかなり少なく、しかも、ほぼ同じ量を毎日食べている場合は、安全に食べられる量が飛躍的に増えています。どんなに軽いアレルギー症状をも、決して引き起こさないで、食べ続けることが、経口免疫療法を成功させるコツのようです。

最終的にかなりの量を食えることができるようになって、最適量を常に確認して毎日の生活に取り入れていただきたいと思います。感染症に罹患しているときは、かなり量を減らしても、0にはしないで続けてください。5日以上間をあけてしまうと、少量より始める必要があります。安全第一とはいえ、重曹、ステロイド剤、エピペンなど、万一の備えもしておきましょう。