

経口免疫療法（5）

皆様のご協力により、経口免疫療法を行い、アレルギー症状の誘発無く、除去していたものが食べられるようになった方が増えてきましたが、食べ続けるなかで、再発している場合が時々見られます。再発症状が以前と同じなら、すぐに気が付くのですが、違った症状で再発していると、なかなか気が付きません。例えば、以前は湿疹として出ていた症状が鼻水や咳になってきた場合は、なぜかよく風邪を引くようになった、とか、花粉やダニ、ハウスダスト、PM2.5などのアレルギーに変わってきた、とか言われます。調べてみますと、その通りのこともあります。多くは、違う症状での再発です。不機嫌、倦怠感、頭痛、腹痛、便秘など様々な原因が考えられる症状の場合、再発症状と気付くのは少々困難です。「何か、おかしい」と思われたならご相談ください。

それでは次に、再発の原因ですが、一つは体調の変化です。体調の良いときは20gでも何ともなく食べられるけれど、体調が悪いと5gが限界であったり、1g以下にしなくてはならない時もあります。一番大きな影響を受けるのは胃腸の異常です。下痢症状の時は特に注意が必要です。また抗生物質を服用している時も腸内細菌叢の変化、消化管粘膜の異常が引き起こされてアレルギー反応が起こりやすくなっています。

乳幼児期に食物アレルギーがあり、その後自然治癒していて普通食を家でも学校でも食べていた小学生女子が或るとき消化管感染症に罹患、嘔吐とそれに続く下痢で1週間ほど治療していました。しばらくして毎日蕁麻疹が出て止まらない、とおいでになりました。調べてみますと、豚肉、鶏肉、卵、小麦、じゃが芋等今まで何ともなく食べられていたものが原因でした。血液検査でのIgE抗体もそれらの食物が陽性になっていました。家人にお聞きすると下痢症状がきちんと治っていない時に食べたものが全部出ている、と驚かれました。

このような時、余りに症状が強い場合は、一旦中止して病気がしっかり治ってから再度やり直しをしたほうがよいのですが、軽い場合は摂取量を10分の1以下に抑えて続けます。病気が治ってから少しずつ元の量に戻していきます。食欲が無い時やアレルゲンを食べるのを嫌がる時も要注意です。

もう一つは、この項で何度もお伝えしていますが、加熱が充分でないものは、失敗しやすいということです。加熱の充分な卵なら1個でも食べられたのにカスタードクリームや半熟玉子を食べて再発することもありました。牛乳は生で飲めるということを目指する場合、ある程度量が増えると再発が多くなります。また、日本人は、乳糖分解酵素（ラクターゼ）の分泌が少ない人が多いため、下痢や腹痛を起こしやすいからか、もともと生牛乳が嫌いな人も多く、無理に飲む必要はないと思うのです。本人と相談しながら、加熱処理のものだけにするか、増量のスピードをゆっくりにして、生牛乳を飲めるようにするのか、最善の方法をとっていきたいと思います。