

経口免疫療法（6）

経口免疫療法を行い、何の症状も無く、つなぎ程度のものが食べられるようになっても、加熱の程度が弱い場合には、よく再発がみられます。卵では外食でのドレッシングや卵焼き、電子レンジでの加熱などで再発がみられました。ハンバーグも中のほうまで十分に加熱する必要があります。これら調理法については、注意すれば再発を防げます。この時期に再発の危険が多いのは感染症です。風邪、インフルエンザ、特に再発が多いのはロタやノロウィルスの感染症の時です。胃腸の調子が悪い時が、最も再発しやすいのです。食欲もないし、消化機能は落ちていますし、それまでと同じ量を続けていたのでは、たいてい再発します。何にも食べられない時は、脱水症を予防するために、水、重湯、スープ等与え経口免疫療法は、一旦中断して、回復後に最初からやり直しをします。念の為、おいで下されば、始める量を再度確定できます。症状が軽い場合は、量を減らすだけでいいのです。5～10%程に減らすと安全な場合が多いのですが、日頃から最適量をチェックしていると、いざという時に助かります。最適量には大きな幅があります。例えば、20gが最大の最適量であり、毎日食べているとします。体調が悪い時には、最小の最適量が0.1gなら、その量に減らして続ける事が大切です。

回復してからは、一日毎に量を増やしてもとの量を続けます。病気の程度によっては、最大の最適量が少なくなっている場合もあります。その時は、元の量には戻れなくて、もっと少ない量で、続けなくてはなりません。

現在は、コーヒー店の従業員の方のコーヒーアレルギーやフィリピンに行かれる方のピーナツアレルギー、魚アレルギーの方のだし汁などにも、経口免疫療法を行っています。どうしても食べられるようになりたい、という願いや、社会的事情がありましたら、ご相談ください。

アレルギー抗体があり続ける場合は、ほぼ毎日食べなくてはならないのです。食べても食べなくても自由になるには、アレルギー抗体が無くならねばなりません。

嬉しいことに、経口免疫療法を行っていくと、IgE抗体は除去を続けるよりも、早く低下していくのです。長い間（10年近く）卵の高い抗体を維持していても、経口免疫療法を始めてわずか3か月で、卵の特異IgE抗体が800程から400程に低下した方もおられます。しかし、途中でアレルギーを引き起こしたりすると、逆にIgE抗体が跳ね上がることもあります。早めに、原因を見つけ出し、対応しなければなりません。

経口免疫療法を行っているときは、IgE抗体を定期的に調べたほうが良いようです。万一にも、間違っていて進めていることが無いように確かめながら、行っていきたいと、思っています。