

食物アレルギーってどんなもの？



「食物アレルギー」という言葉を聞いたことはありますか。
今回は食物アレルギーについて学習します。



食物アレルギーとは

アレルギーとは、体に入ってきた異物を排除するしくみが過剰に働いてしまう現象です。

食物アレルギーは、食べ物にアレルギーをもつ人が、特定の食べ物を摂ることによって起こるアレルギーです。

主な症状は、かゆみ、じんましん、唇やまぶたの腫れ、おう吐、咳などです。学校のお友だちでは、100人のうち、1～3人ぐらいが食物アレルギーの患者と考えられます。



アナフィラキシーショックといわれる非常に重い症状（血圧低下、呼吸困難）を起こす場合もあります。最悪の場合には、死ぬことがあります。



原因となる食べ物は

アレルギーの原因となる主な食べ物は下の7つで、食品ラベルに表示することが決まっています。



たまご 卵



乳 (牛乳、チーズなど)



小麦 (パン、うどんなど)



落花生 (ピーナッツ)



えび



そば

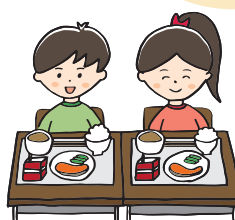


かに

ここが大切！

1. 食物アレルギーをもつ人は、アレルギーを起こす食品を避けなければなりません。
2. 食物アレルギーは年齢に関係なく急に発症することがあります。何かを食べて調子が悪い場合は、医師に相談しましょう。

食物アレルギーは「好き嫌い」とは違います。アレルギーをもつお友だちに無理に食べ物をすすめたりしてはいけません。間違えて食べることがないように、みんなで気をつけようね。



他にはどんな食べ物が食物アレルギーの原因になるかな？

調べてみよう

キッズボックス

検索

2021年5月 内閣府食品安全委員会

<http://www.fsc.go.jp/kids-box/>