

「鶏卵アレルギー発症予防に関する提言」の解説:患者・一般の皆様へ

2017年10月12日
日本小児アレルギー学会食物アレルギー委員会

日本小児アレルギー学会食物アレルギー委員会では、2017年6月に医療関係者向けに「鶏卵アレルギー発症予防に関する提言」を公表しました。この提言の内容は、国立成育医療研究センターを中心とする研究グループが、国際的な医学専門誌である「ランセット」に発表した PETIT (プチ) 研究の成果に基づいています。

この提言では、鶏卵アレルギーの発症を予防するために、離乳食での鶏卵摂取を遅らせるのではなく、むしろ早期に微量摂取を開始することを推奨しています。ただし、すでに鶏卵アレルギーになっている乳児では、摂取によってアレルギー症状がおきる危険も伴うため、必ず医師の指導のもとに摂取を開始することを求めています。

この提言を読まれた方も、自己判断で摂取を開始するのではなく、必ずかかりつけの小児科医に相談した上で離乳食を進めてください。

提言の要点

1. この提言の対象は、鶏卵アレルギーを発症するリスクが高い、生後6か月未満で「痒みのある湿疹」(＝アトピー性皮膚炎)がある乳児です。
2. まず、湿疹を放置せずにかかりつけの小児科医を受診して、スキンケア(よく洗って保湿すること)やステロイド外用薬により、湿疹がないきれいな肌にします。
3. 湿疹のない状態にした上で、離乳食がうまく進んでいけば医師の指導のもとに生後6か月頃より微量の加熱全卵を食べ始めます。その後も、食べた時に皮膚の赤みや嘔吐などの症状が出ないことを確認しながら、定期的に受診して増やし方の指導を受けてください。
4. 湿疹が良くならない場合、鶏卵を食べた時に症状を感じる場合、アレルギー検査を受けて陽性だった場合には、鶏卵アレルギーになっていないかどうか診断を受ける必要があります。
5. プチ研究の結果でも、微量の鶏卵を食べた対象者が鶏卵アレルギーを完全に予防できたわけではありません。口の周りの赤みなど軽い症状を見逃さず、安易に増量して重い症状を起こさないよう、医師の指導のもとに摂取を進めてください。

食べる際の注意点

1. 食べ始める前に湿疹が改善していることが重要です
適切なスキンケアや治療を行っても湿疹が改善しない場合は、すでに食物アレルギーになっていないかどうか、医師に相談しましょう。
2. プチ研究で使用した加熱全卵粉末
プチ研究では研究用の加熱全卵粉末を使用しています。
3. 症状が出る可能性があります
初めて食べる時や増量する際には、アレルギー症状がでる可能性もあります。その時の対応をかかりつけの小児科医によく確認し、症状がでたらすぐ受診できる時間に摂取してください。プチ研究は、摂取開始時と増量時には病院内で摂取するほどの注意を払って行われています。

4. 症状を認めた場合

湿疹が悪化した、皮膚の赤みや痒みが出た、嘔吐や下痢をした、息が苦しそうになった、などの場合は、無理に摂取を進めず、必ずかかりつけ医に相談して正しい診断を受けてください。

その他の注意点

1. 食べ方を誤ると危険です

プチ研究は、鶏卵アレルギー発症を減らすことに成功した世界初のものです。同様の研究の中には、食べ始めの時機が早い、食べさせた量が多い、非加熱鶏卵を用いたなどの理由で、発症を予防できなかったばかりか、有害事象が多くて中止になった研究もありました。自己判断で摂取を始めると、アレルギー症状が出る危険性が高まります。

2. 湿疹のない乳児

湿疹のない乳児は鶏卵アレルギーを発症するリスクが高くないため、特別な摂取の仕方をしてでもそれ以上発症率を下げる効果は期待できません。母子手帳などに書かれた離乳食の進め方に従って、鶏卵摂取を開始してください。

3. 鶏卵以外の食品に関して

生後早期から食べ始めることでアレルギーの発症が予防できるかどうかは、まだ十分に分かっていません。離乳食全般を遅らせることは、食物アレルギーの発症予防に効果はありません。

参考:プチ研究とは?

概要

鶏卵アレルギーを発症しやすい乳児に対して、生後 6 か月から微量の鶏卵を食べてもらうことによって、1歳で鶏卵アレルギーの発症を抑制した、という研究です。

対象者

生後数か月以内から「痒みのある湿疹」(＝アトピー性皮膚炎)があり適切なスキンケアとステロイド外用薬で、生後 6 か月までに湿疹を治すことができた赤ちゃん

鶏卵の摂取方法

研究用に作成した加熱全卵粉末を、生後 6 か月から極少量(卵として約 0.2g 相当)、生後 9 か月からは約 5 倍に増量して、1 日 1 回摂取しました。食べ始める時と増量する時には、病院の中で食べて安全を確認しました。比較対照として、同じ人数の赤ちゃんに、鶏卵を含まないパウダーを食べてもらいました。

結果

1 歳時点で、加熱全卵約 1/2 個相当に対してアレルギー反応を示した人数を比べたところ、全卵粉末を食べた群では、アレルギー反応を認めた子どもの割合が少ないという結果が得られました。