



どんな症状がでるの？

最も多いのは皮膚症状。命に関わるショック症状も!!

- ◎皮膚症状... かゆみ、じんましん、赤み
- ◎目の症状... 結膜の充血、かゆみ、涙の腫れ
- ◎口のどの症状... 口のどの中の違和感、味が感
唇、舌の腫れ
- ◎鼻の症状... くしゃみ、鼻汁、鼻づまり
- ◎呼吸器の症状... 声がかすれる、犬が吠えら
るような咳、のどがしめつられる感じ、
咳、息が苦しい、ゼーゼー
ヒューヒューする、低酸素血症
- ◎消化器の症状... 腹痛、吐き気、嘔吐、下痢
- ◎循環器の症状... 脈が速い、触れにくい、不規則
手足が冷たい、唇や爪が青白い
血圧低下
- ◎神経の症状... 元気がない、ぐっすり、失禁
意識もろろ

〈最も多い食品〉

- ・鶏卵・牛乳・小麦・大豆
- ・甲殻類・軟体類・貝類
- ・魚類・そば・落花生(ピーナッツ)



ほけん だより

平成27年度
門田報徳保育園 1月号

新年あけましておめでとうございます

長い休みの後は、いつもより少し早めに布団に入り、
睡眠をたっぷりとおくとバ強いですね。食事の時間や
排便のリズムを整えカゼに負けないようにしましょう。

食物アレルギーって何？

体を守るはずの免疫反応が食物に対して過敏に働いて
しまうこと。人間の体には、ウイルスや細菌などの異物が
侵入してきた時、それらを攻撃・排除する働きを免疫反応と
いいます。ところが食物など本来は体に害を与えない物質も
異物と判断し、免疫反応が過敏に働いてしまう結果、
じんましんやかゆみ、咳などが引き起こされます。これが
アレルギーです。

「アナフィラキシーショック」は非常に危険!!

アナフィラキシー(複数の臓器に重く症状が現れる
場合)に血圧低下や意識障害などのショック状態を
伴い、生命を脅かす可能性があります。

(重症化リスクが高い小児は早めの受診を...)

アナフィラキシーやアナフィラキシーショックになりやすい
小児は初期症状の特徴を把握し、早めに受診を
行うようにしましょう。

自己判断で除去食品数を増やすのは危険です!

食事療法の基本は、正しい原因、アレルギー診断に
基づき必要最小限の除去です。自己判断で離乳食を
中断したり除去品目を増やすことは栄養不足を招き
ます。

血液検査の結果が陽性であっても、安全に食べ
られる食品もありますので、自己で判断せず専門医
に相談し、必要な場合は医師へ除去の程度を
決めてもらいましょう。



正しい知識をもつ事が

大切ですね