

口腔アレルギー症候群と花粉症について

今年も花粉の飛散が始まり、花粉症による眼や鼻の症状で悩まされる方も増加することが予想されます。マスクやメガネなどの花粉症対策グッズ活用やお薬による症状の治療をされている方も多くいらっしゃると思います。

みなさんは、ある果物や生野菜を食べたときに、口の中で刺激感やかゆみ、喉の奥が詰まるような感じがする症状が出たことはありませんか？それは口腔アレルギー症候群で、花粉症が関係しているかもしれません。そこで今回は、口腔アレルギー症候群と花粉症の関係についてお話します。

<口腔アレルギー症候群 (OAS : Oral Allergy Syndrome) >

●症状：ある果物や野菜などを食べた時に、15分以内に直接接触した口の中や唇の違和感やしびれ、顔面の腫れ、呼吸困難感が出現します。同時に、眼や鼻の花粉症に似た症状も出ることがあり、重症の場合にはアナフィラキシーショックを起こすこともあります。また、ラテックス^(※1) ゴムにもかぶれることが多いので、別名ラテックスフルーツ症候群とも呼ばれています。

(※1) 天然ゴムの原料で、医療用具の手袋等に頻用されている。ラテックスアレルギーではアボカド、クリ、バナナなどと交差反応して、アナフィラキシーを誘発する場合があります。

●原因：果物や野菜に含まれるアレルギーを起こす原因物質（アレルゲン）が、口の中の粘膜に触れて起こるアレルギー反応で、体内のIgE抗体（アレルギー物質に対する抗体）が関係しています。症状を引き起こすアレルゲンは、植物が病原菌の感染や傷害、ストレスから身を守るための生体防御として誘導されるタンパク質で、小腸に到達する前に壊れるため、主に口の中だけで反応が起きます。

●花粉症との関係：花粉症の方は、花粉のアレルゲンに対する抗体（IgE抗体）があり、生野菜や果物のアレルゲンは花粉のアレルゲンと構造が似ているため、「交差反応」を起こすことがあります。つまり、抗体が構造の似たアレルゲンと反応し、口腔内でもアレルギーが起こることがあります。食物アレルギー診療ガイドライン2012によると、花粉症とOASの合



併比率は、スギ花粉症患者では 7~17%、シラカンバ花粉症患者では 20%と報告されています。また、花粉との関連が報告されている果物や野菜は以下をご参照ください。

●花粉との関連が報告されている食物

花粉	果物・野菜
ヒノキ科 (スギ、ヒノキ)	トマト
カバノキ科 (ハンノキ、シラカンバ)	リンゴ、モモ、サクランボ
イネ科 (カモガヤなど)	トマト、スイカ、メロン、オレンジ
キク科 (ブタクサ、ヨモギなど)	スイカ、メロン、セロリ

●対策：

花粉症で口の中に症状がある場合には、医療機関を受診し、アレルギーの原因となる食物を確認し、その食物の摂取を避けるのが基本です。ただ、口腔アレルギーを起こす果物や生野菜のアレルゲンは熱に弱く、加熱すれば食べることができることもあります。また、事前に抗アレルギー薬 (※2) を内服することで症状を軽くすることもできます。但し、症状のあらわれ方にもよりますので、お医者さんに相談してみましょう。

(※2) 抗ヒスタミン薬：体の中でアレルギーの症状を引き起こすヒスタミンという物質の働きを抑え、アレルギーの症状を和らげるお薬。(商品名：フェキソフェナジン、ディレグラ、アレジオン、エバステル、ザイザル、タリオン、レミカット、オロパタジン、クラリチン、ザジテン、セルテクトなど)

●その他：スマートフォンなどのアプリ機能を活用し、花粉の飛散状況を確認したり、お薬の服用を管理したりすることができます。(参考：協和発酵キリン「花粉症ナビ」)

<http://www.kyowa-kirin.co.jp/kahun/information/app.html>

また、花粉症の治療薬やセルフケア、食物アレルギーについては過去のお薬のしおりもご参照ください。

(参考)

No.156 (H27.2)「スギ花粉症とお薬による治療について」、No.155 (H27.1)「食物アレルギーとお薬の関係」、No.145 (H26.3)「抗ヒスタミン薬とインペアード・パフォーマンス」、No.132 (H25.2)「花粉症の治療とヘルスケア」



お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、医師又は薬剤師までご相談ください。