





食物依存性運動誘発アナフィラキシー

原因食品を食べただけでは発症せず、原因食品を食べた後に運動が引き金になって起こるアレルギーもあり、食物依存性運動誘発アナフィラキシーといいます。多くの場合は、食後、2時間以内に運動を始めて、その後1時間以内に発症しています。小・中・高校生になって初めて発症することもあります。昼食後に発症することが多いので、午後に運動をするときは特に注意が必要です。

(症状)

- ・じんましん、むくみなどの皮膚症状は、ほぼすべての事例に現れ、呼吸器症状は約70%、ショック症状は約50%の事例に現れます。
- ・進行が速く、緊急対応が必要です。

(原因食品)

- ・主な原因食品は、小麦製品や甲かく類（えび・かに）です。
- ・最近では、果物や野菜が原因の事例も増えています。

みんなが気をつけていても、
食物アレルギーが起きてしまうことがあるかもしれません。

お友だちが苦しそうにしていたら、
ゆすったり、たたいたり、
歩かせたりしないで、絶対に動かさないで、
近くにいる大人をすぐに
呼びに行ってください。

★担任の先生や保健室の先生、校長先生、
誰でもいいです。