

食物アレルギーを持つ子どもの ヘルスリテラシー

2022/6/30

21MN305 Misaki Sato

食物アレルギー food allergy

【定義】

「食物によって引き起こされる
抗原特異的な免疫学的機序を介して
生体にとって不利益な症状が惹起される現象」

(食物アレルギー診療ガイドライン2021)

【症状】



食べる

皮膚: 蕁麻疹、発赤、瘙痒感
粘膜: 喉の違和感
消化器: 腹痛、嘔吐、下痢
呼吸器: 咳、喘鳴、呼吸困難
中枢神経: 眠気、意識レベル低下
全身: 血圧低下

食物アレルギーに関連した事例

【臨床場面】

①10代後半女性

エピペンは持っていたが、教育を受けたのは母親で、本人は使えない
彼氏と同棲中に誤食し、エピペンが打てないため重症化
〈problem〉セルフケア不足

②20代前半女性

幼少期にアレルギー反応が出て、小麦アレルギーの認識はあった
大量に食べなければ症状が出ないと思っていた
朝食にピザを食べた後にランニングと徒歩で職場に向かう途中、
アレルギー症状が出現して救急搬送された
〈problem〉運動誘発アナフィラキシーの知識不足によるコンプライアンス不良
近年は受診行動なくエピペン不携帯

どのような支援があったら重症化を防ぐことができたか・・・？

食物アレルギーを持つ子どものヘルスリテラシー

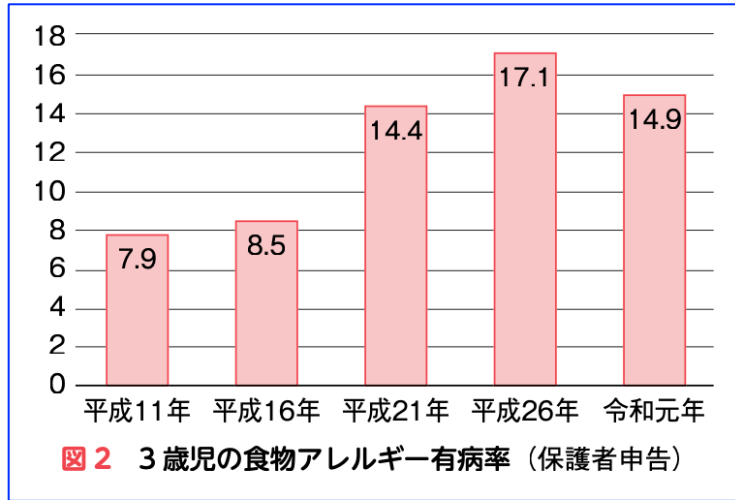
重症化を防ぐためにも、食物アレルギーに関する健康教育が重要

子どもの時からヘルスリテラシーを高める教育

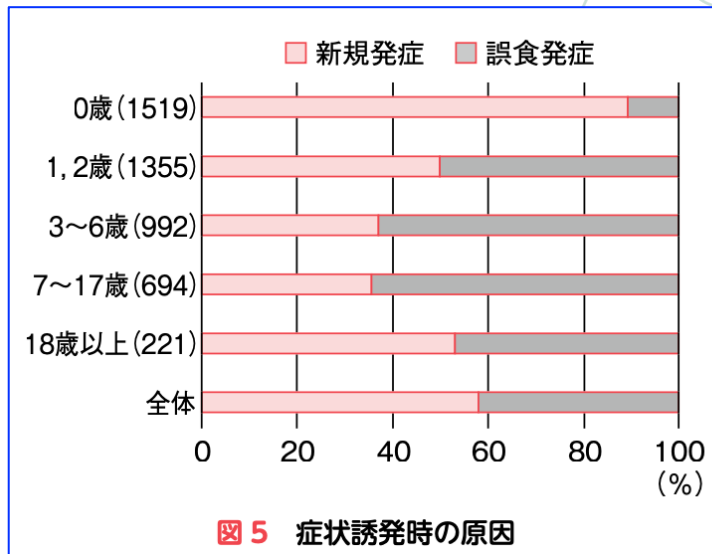


ヘルスリテラシーを高める支援とは、
誰に、何を、どうすること？

食物アレルギーを持つ子どもの疫学



平成11年 → 令和元年
約2倍

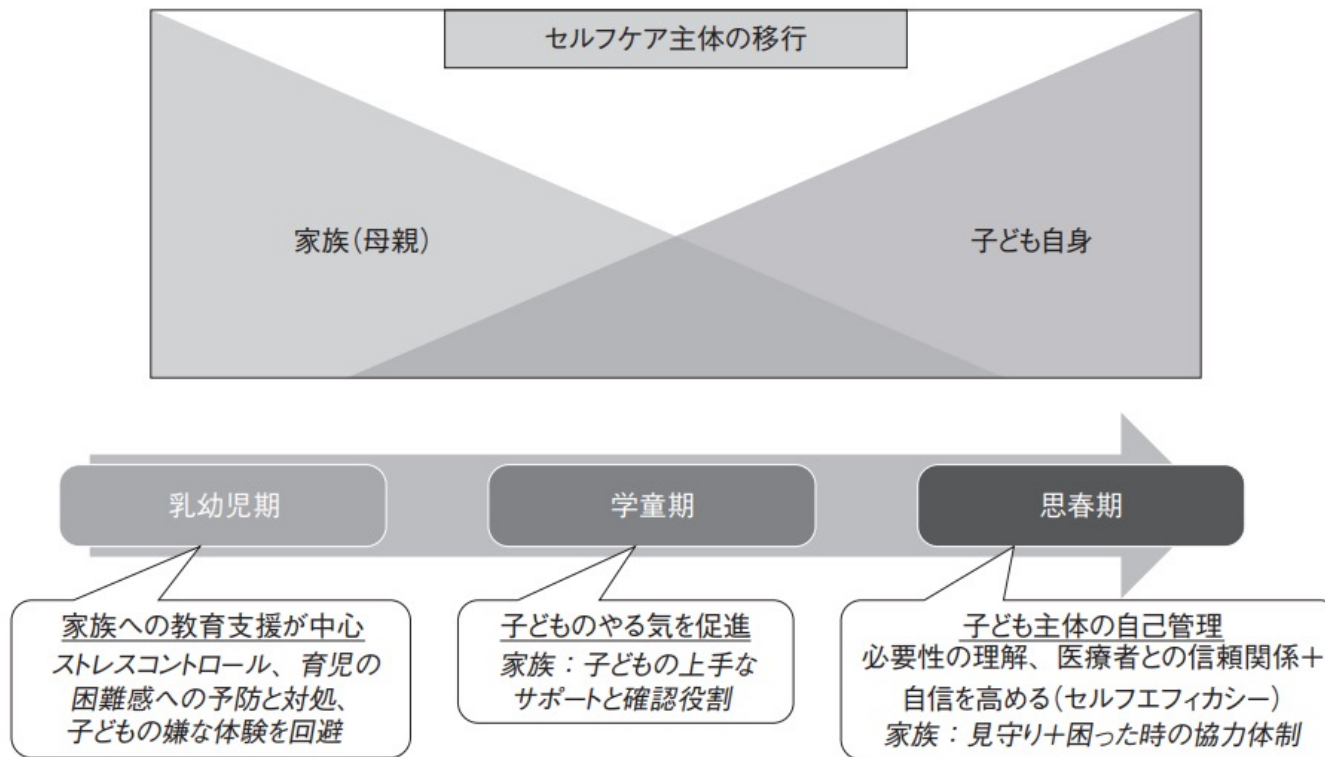


症状誘発の原因

3歳以降は誤食が多い

誤食予防① 子どもへの教育

【アレルギーの子どものセルフケア主体の移行】



浅野みどり. (2021). 食物アレルギーをもつ学童のセルフケアの実際と子どものセルフケア拡大支援. 日本小児臨床アレルギー学会誌. Vol.19No.3. Pp243-245.

誤食予防① 子どもへの教育

【発達に応じた子どもへの教育】

幼児期（2～4歳）

- ・食べる前に必ず保護者に確認してから食べる習慣をつける

学童期（5歳～小学校低学年）

- ・本人の嗜好も考慮し、必要最小限の食物除去となるように導く

前思春期（小学校高学年）

- ・患児の理解力に合わせて、病態生理と除去食の必要性および食品表示の見方について患児に直接教育する機会を設ける

- ・アドレナリン自己注射の技術と知識を習得させる

思春期（中学生以降）

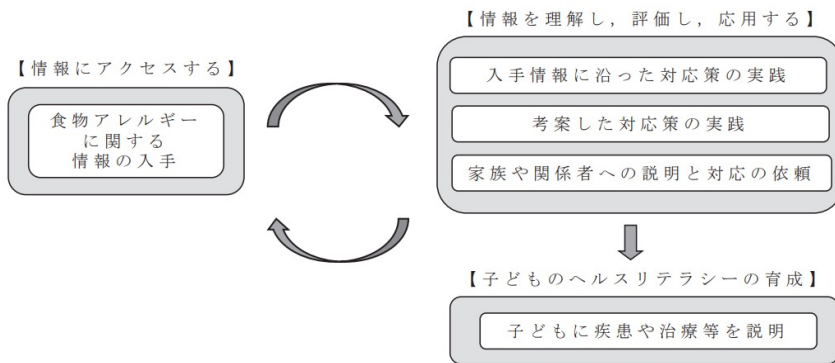
- ・セルフケア行動の確立

- ・治療管理の主体が患児に移行していない場合は、食物負荷試験を積極的に利用して前思春期であげた項目を習得させる
-

誤食予防② 養育者への教育

【子どものHLを高めるために養育者のHLを教育する】

子ども自身がセルフケア行動を確立するまでは、養育者が代償する「子どものHL育成」という親のHLを高める



注： 【 】 母親のヘルスリテラシー □ 母親の対処行動のカテゴリ

図2 食物アレルギーの子どもを養育する母親の問題への対処行動とヘルスリテラシー

- ◆ 食物アレルギーに関する知識や症状出現時の対応を教育
- ◆ 乳幼児健診や育児相談で母親の問題を把握
- ◆ 専門の相談窓口や医療と適切に繋がれるように情報提供

誤食予防② 養育者への教育

【日本小児アレルギー学会 発行】



子どもと家族の体験記

専門医が解説と対策を記載

毎年発行されている
誰でもネット上で閲覧可能

誤食予防② 事例共有

【掲載事例】

対象：5歳 牛乳アレルギー

原因：牛乳

経過：園のおやつの時に、他の子どもが牛乳を入れて飲んだコップを洗ってから、うちの子の耐えにお茶を入れてくれたのですが、飲んだ後に蕁麻疹が出ました。

解説：コップに牛乳が残っていたためと思います。園の先生がごく少量のミルクでもトラブルが起きる患者であることを十分に認識しておらず、洗浄が不十分であったためと考えられます。

対策：わずかな量のアレルゲンに反応する食物アレルギー児には、その子専用の食器を使うようにしましょう。



- ◆食物アレルギーを持つ子どものHLを高めるためには、発達段階に応じた内容の教育を、段階的に行う必要性
- ◆子どもの養育者である家族にも教育を行う必要があり、日常生活に根付いた具体的な対策の提案によって、不安の軽減や予防策の実施につながる

Thank you for your attention!!

