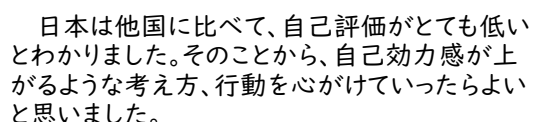


令和8年2月3日



思わぬところに危険が...

# 食物アレルギー

事例集



## 食物アレルギー

とは、特定の食べ物に含まれる物質に免疫機能が過剰に反応してしまう現象です。かゆみや蕁麻疹、呼吸困難など様々な症状が引き起こされます。重症化すると命に関わることもあります。

### 事例 1 牛乳アレルギーのAさん

食べなくても症状が出る!?



**ア** レルギーの原因となる食べ物が皮膚や粘膜に付いたり、鼻から吸い込んだりするだけでもアレルギー症状が出ることがあります。食べていなくても注意が必要です。

### 事例 2 卵アレルギーのBさん

いつも食べているお菓子だったのに...



**安** 全だと思っていた商品でも、原材料が変更される場合があります。見た目が似ている別の商品を間違えて手にしたりする可能性もあります。食品表示は毎回確認しましょう。

### 事例 3 アレルギー既往のないCさん

運動をしたらアレルギー症状が出た!?



**普** 段食べていて問題がなかった食べ物でも、食後2~4時間以内に運動をすると、命に関わることもある全身症状(アナフィラキシー)が急速に現れることがあります。

## 食物アレルギー

ある人も  
ない人も  
一人ひとりが  
できること

！  
食べ物の交換は避ける

！  
食べ物や飲み物を  
こぼさない

！  
アレルギーの友だちが  
苦しんでいたらすぐに大人を呼ぶ