

## 2月20日はアレルギーの日 子どものアレルギー疾患 出産前に知っておきたい知識と対策とは？

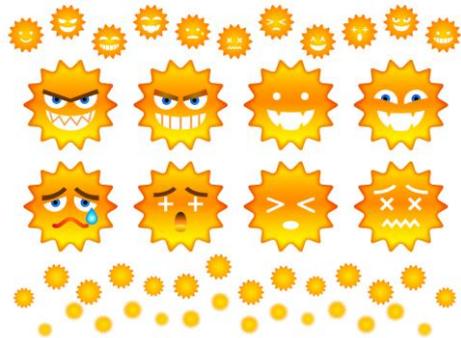
### ● 2月20日アレルギーの日とは？

1966年2月20日に石坂公成先生、石坂照子先生がIgE(免疫グロブリン)を発見したことに因み、1995年に財団法人日本アレルギー協会により制定されました。アレルギーの日を中心とした1週間は、アレルギー週間として日本アレルギー協会がアレルギーに関する啓発活動を行っています。

### ● 3歳までのアレルギー罹患率は約4割

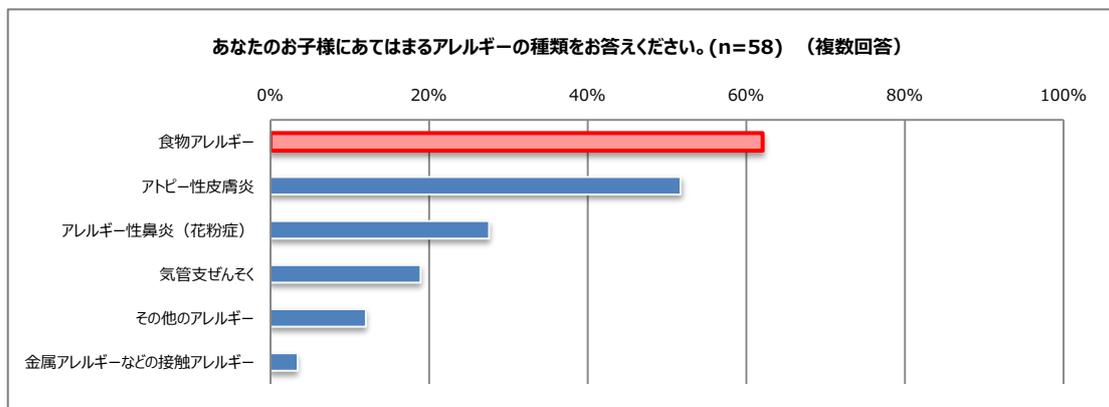
東京都が実施したアレルギーに関する3歳児全都調査(平成27年5月発表)によると、3歳までに何らかのアレルギー症状があり、かつ診断されている児は約4割でした。このうち食物アレルギーの罹患率は調査開始時の平成11年には7.4%でしたが、平成16年8.5%、平成21年14.4%、平成26年では16.7%と一貫して増加傾向です。我が国における食物アレルギー体質をもつ方の正確な人数は把握できていませんが、全人口の1~2%(乳児に限定すると約5~10%※)の方々が何らかの食物アレルギーを持っているものと考えられています。

(※出典:食物アレルギー診療ガイドライン2016)

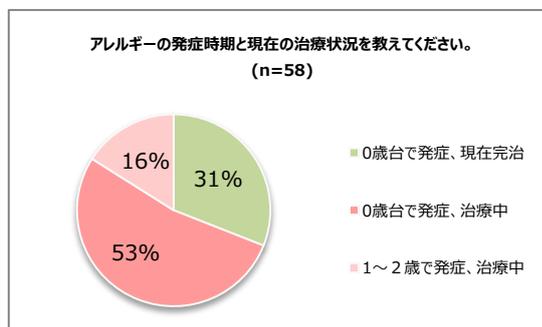
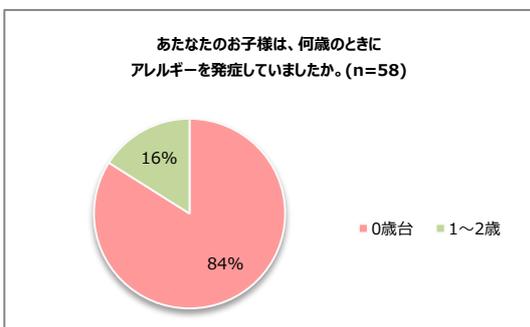


### ● 乳幼児のアレルギーの種類は食物アレルギーが半数以上と多く、 0歳児での発症が8割超え 出産時にアレルギー知識の準備が必要

2歳児のママ800名を対象にした調査(注1)で、0歳から2歳までの期間にお子様がアレルギーを発症したと回答した方58名に、お子様にあてはまるアレルギーの種類を質問したところ、種類として多かったのは食物アレルギーが半数以上の62%という結果に。次いでアトピー性皮膚炎が52%、アレルギー性鼻炎が28%、気管支ぜんそくが19%という結果になりました。

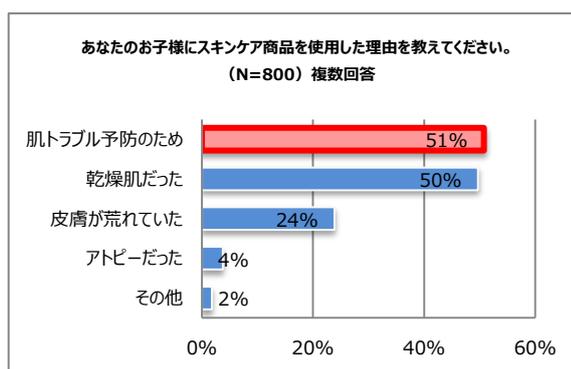
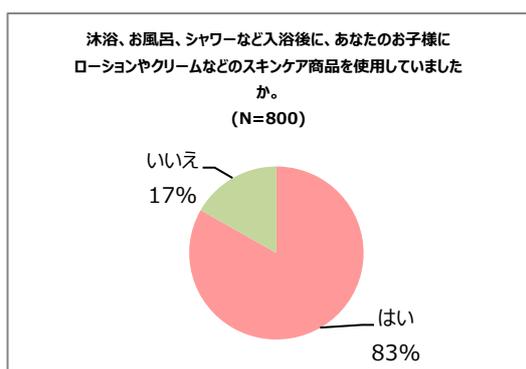


また、0歳台に発症したと回答した方が最も多く(84%)、このうち半数以上の53%のお子様が発症中であること、1歳以降に発症した16%のお子様全員が発症中ということが分かりました。



### ● 新生児期からのこまめなスキンケアがアトピー性皮膚炎の発症リスクを減らす

今回の調査ではアレルギー疾患の1つであるアトピー性皮膚炎への対応策についても質問しました。スキンケア商品の使用実態を調査(注1)すると、0歳時に8割以上がスキンケアを使用しているものの、「肌トラブルの予防」を理由にしている人は半数程度に留まっています。



認知度がまだ低いスキンケアと肌トラブル予防の関係性ですが、新生児期からこまめにベビーローションなどの保湿剤を塗り続けることによって、アトピー性皮膚炎の発症リスクを「3割以上」も減らすという研究成果が国立成育医療研究センターから発表されています<sup>※</sup>。しっかりとスキンケアを行い、赤ちゃんの肌トラブルを防ぎましょう。(※: Kenta Horimukai, Yukihiko Ohya et al: Application of moisturizer to neonates prevents development of atopic dermatitis. Journal of Allergy and Clinical Immunology ;vol.134:824-830)

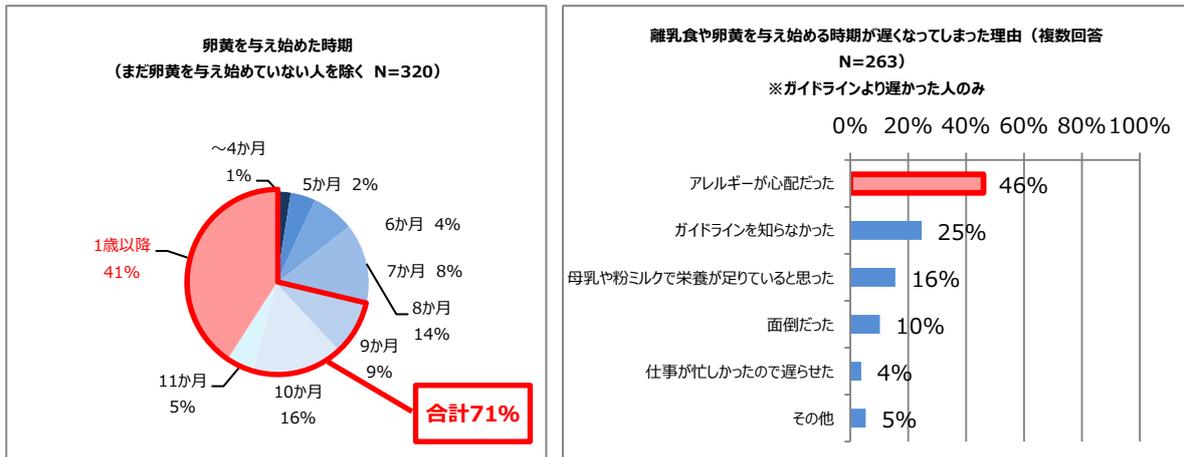


● ママやパパがアレルギーを心配して食べさせるのを躊躇していた卵。

少量ずつ摂取させることでアレルギーを8割以上予防できることが明らかに

子どもの食物アレルギーの原因としてよく挙げられる卵ですが、ママやパパはどのように対処しているのでしょうか。

平成27年に雪印ビーンスタークが行った調査(注2)によると、卵黄を与える時期は7割以上の方が9か月以降としており、支援ガイドが推奨する7~8か月よりも遅い時期に与えていることが分かりました。そしてその半数が「アレルギーが心配だった」と回答しています。

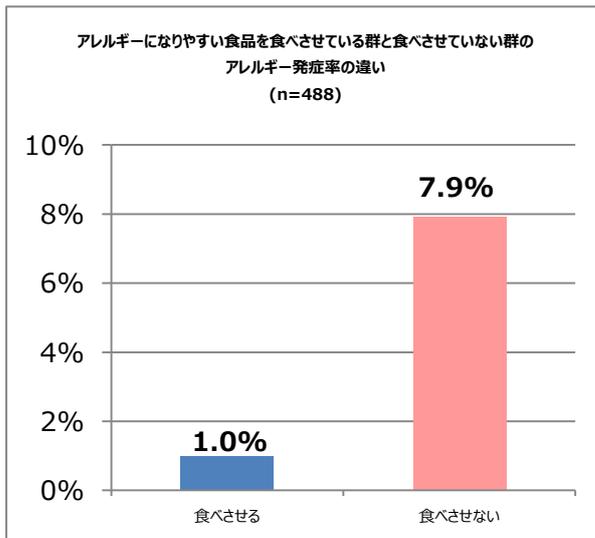


しかし日本小児アレルギー学会「食物アレルギー治療ガイドライン2012」では、支援ガイドに準拠し、離乳食の開始時期は5~6か月頃が適切としています。また、「厚生労働科学研究班による食物アレルギーの手引き2014」では、「食物アレルギー発症や悪化を心配して離乳食を遅らせる必要はない」としています。

さらに2016年12月に国立成育医療研究センター、徳島大学等の研究では、生後6か月より固ゆで卵を少量ずつ摂取させることにより、鶏卵アレルギーを8割予防できることが明らかとなりました。

(出典: 国立成育医療センター プレスリリース <https://www.ncchd.go.jp/press/2016/egg.html>)

今回、雪印ビーンスタークが行った調査(注1)の結果では、アレルギーになりやすい食品を食べさせない群が、「食べさせている」群よりもアレルギーを発症している傾向がありました。



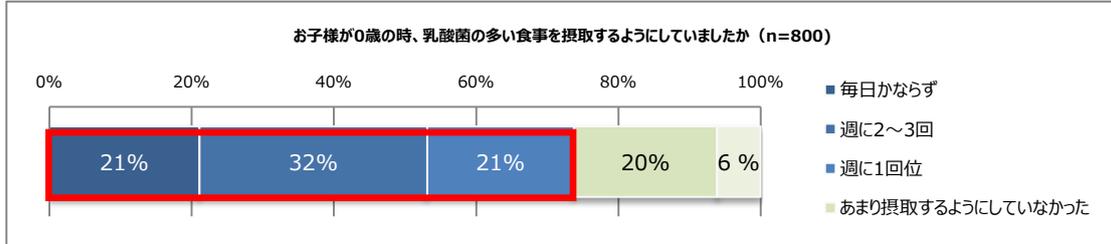
調査対象 800名のうち、「気にしていない」と回答した人(272名)ならびに現在アレルギー治療中の人(40名)を除いた488名が対象。

食べさせている群【310名】(「積極的に食べさせている(81名)」と「できるだけ食べさせている(229名)」の合算)と、食べさせないようにしている群【178名】(「食べさせないようにしている(49名)」と「できるだけ食べさせないようにしている(129名)」の合算)を比較した結果。

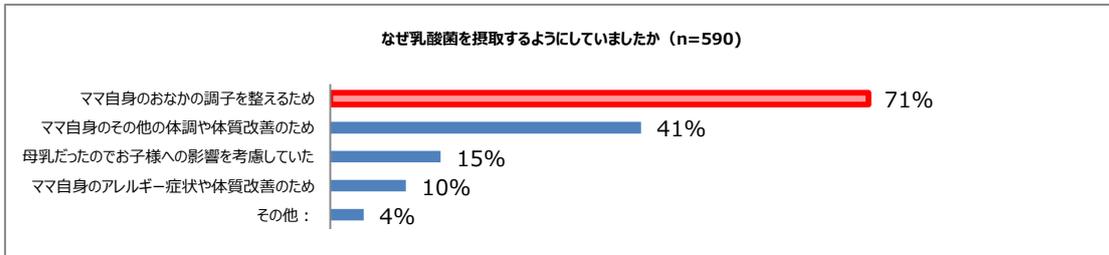
● **産後の乳酸菌摂取は7割以上。**

**母乳への影響を考慮している人は15%にとどまる結果に**

お子様が0歳の時の乳酸菌摂取状況と摂取理由を尋ねたところ、週に1回以上摂取する人は7割以上いることが分かりました。その理由は「ママのお腹の調子を整える」が第1位、ついで「ママの体質改善」という結果に。しかし、近年話題となっている授乳期のママの乳酸菌摂取とお子様のアレルギー予防に関連する「母乳だったのでお子様への影響を考慮して」という回答は15%程度でした。



乳酸菌の摂取がアレルギー疾患の改善につながっているという「乳酸菌とアレルギーの関係性」については、まだまだ知られていないようです。(注1: 雪印ビーンスターク調べ)



● **2種類以上の乳酸菌摂取により**

**アレルギーを予防するTGF-βを増やせる可能性も**

乳酸菌の摂取がどのようにアレルギー疾患の改善に繋がるのでしょうか。

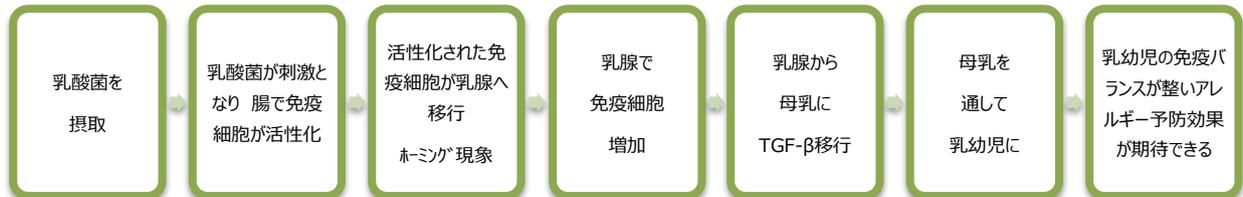
雪印ビーンスターク株式会社(当時は雪印乳業株)が1989年に行った追跡調査では、アレルギーを発症しなかった乳幼児が哺乳していた母乳中リボ核酸、ポリアミン濃度はアレルギーを発症した乳幼児が哺乳していたものと比較して有意に高く、TGF-β濃度は高い傾向でした。近年、母乳中のTGF-β量とその母乳を飲んでいた子供のアレルギー発症率が関係することが報告されています※1。また母親が2種類以上の乳酸菌を摂取すると、その母乳を飲んでいた子供のアレルギー発症率が低いことが報告されています※2。これらの知見を参考に弊社では、山梨大学医学部免疫学講座と共同で、母乳を与えている母親を対象としたヒト試験を実施しました。この結果、母親が複数の乳酸菌を摂取することによって母乳中TGF-β量が増えることを確認いたしました。 ※1 Saarinен KM et al.: J Allergy Clin Immunol (1999),104,1093 ※2 メタアナリシス解析結果 Peluochi C et al.:Epidemiology (2012),23,402 (メタアナリシス:複数のランダム化比較試験を統合し、網羅的に分析すること、またはそのための手法や統計解析のこと)

アレルギーを予防するといわれるTGF-βを増やす2種類以上の乳酸菌を摂取する習慣を、妊娠期から取り入れて、早めのアレルギー対策をしましょう。



### 【中尾 篤人 先生（山梨大学 医学部 免疫学講座教授）コメント】

母親が乳酸菌を摂取すると、母乳中 TGF-β 含量が増加することともに、その母乳を哺乳する乳児のアレルギー疾患発症率が減少することが報告されています。これらの学術報告をまとめ解析したところ、摂取する乳酸菌は2種類以上の複数菌種が効果的と考えられました。このような複数菌種の摂取により、母乳中 TGF-β 含量の増加を介して、乳児のアレルギー予防効果が期待されます。



#### 注1:「アレルギーに関する意識調査」調査概要

調査期間：2016年11月9日～11月11日

調査方法：インターネットリサーチ

調査対象：2歳の子どもの持つ女性 20歳～49歳 計800人

#### 注2:「アレルギーに関する意識調査」調査概要

調査期間：2016年1月9日～1月12日

調査方法：インターネットリサーチ

調査対象：0～3歳の子どもの持つ男女各200人ずつ 計400人

### 【雪印ビーンスターク株式会社の企業概要】

私たち雪印ビーンスタークは赤ちゃんとお母さんをはじめ家族の健康といきいきした暮らしをサポートいたします。

設立:平成14年8月7日 代表者:代表取締役社長 平田公孝

URL: <http://www.beanstalksnow.co.jp/>

■まめコミひろば URL: <https://www.mamecomi.jp/>

■その他商品情報 URL: <http://www.beanstalksnow.co.jp/product/>