

# 食物アレルギーを知って防ごう!

「食物アレルギー」は、アレルギーを起こす食べ物を食べるだけでなく、触ったり吸いこんだりして症状が起きることもあります。食物アレルギーを持っている人が注意するだけでは防げない場合もあるので、みんなで食物アレルギーへの知識を深めるとともに、具合が悪くなったり、友人に症状が出たりしたら、家の人や先生に知らせ、救急車を呼ぶなどの迅速な対応が必要です。

## こんな事例があります

給食でイカフライのレモン煮を食べた後、5時間目に腹痛を感じたが、軽度であったため6時間目の体育の授業に参加した。サッカーのミニゲームで走っていたところ、吐き気を教師に訴えた。保健室に来室した際に症状を確認したところ、腹部と背中に発赤を認めた。その後息苦しさも訴えた。(中2・男子)

給食でサバの味噌煮を食べ、5時間目の体育(バスケットボール)の後、のどの違和感、首・顔のじんましん、全身のかゆみを訴え来室した。(中1・女子)

事例は全て平成29年度災害共済給付データより

## 食べた後に激しい運動やスポーツを行うと症状が起きる「食物依存性運動誘発アナフィラキシー」もあります。

自分で食材を確認し、アレルギーを起こす食品を間違えて食べないように注意したり、自分や友人の異変に気付いたら、すぐに先生に伝えるなど、協力しましょう!

