

## 食物アレルギーについて

皆さんは bamba（バンバ）という食品をご存知でしょうか？日本ではあまり馴染みがないかもしれませんが、「イスラエルで一番有名なお菓子は？」と尋ねると、誰もがバンバと答えると言われているほどイスラエルで人気のあるスナック菓子です。バンバは、その甘じょっぱいピーナツバター味が特徴で、イスラエル国内のスナック菓子市場シェアの 25%を占めるということからも、イスラエルで一番有名なお菓子という評価に納得がいきます。実はこのバンバがイスラエルにおけるピーナツアレルギー発症率に大きく関わっているとも言われていますが、これは一体どういうことでしょうか。

まず、日本国内における食物アレルギーの状況から見ていきましょう。日本で 2005 年から 3 年ごとに行われている「即時型食物アレルギーによる健康被害に関する全国実態調査」（以下、全国実態調査）は、国内における食物アレルギーに関する全国的調査で、対象は「食物を摂取後 60 分以内に何らかの反応を認め、医療機関を受診した患者」とし、その原因食物及びその構成割合が集計されています。2020 年の全国実態調査の結果では、0 歳の発症例が最も多く、1876 例（30.9%）となっています（図 1 参照）。

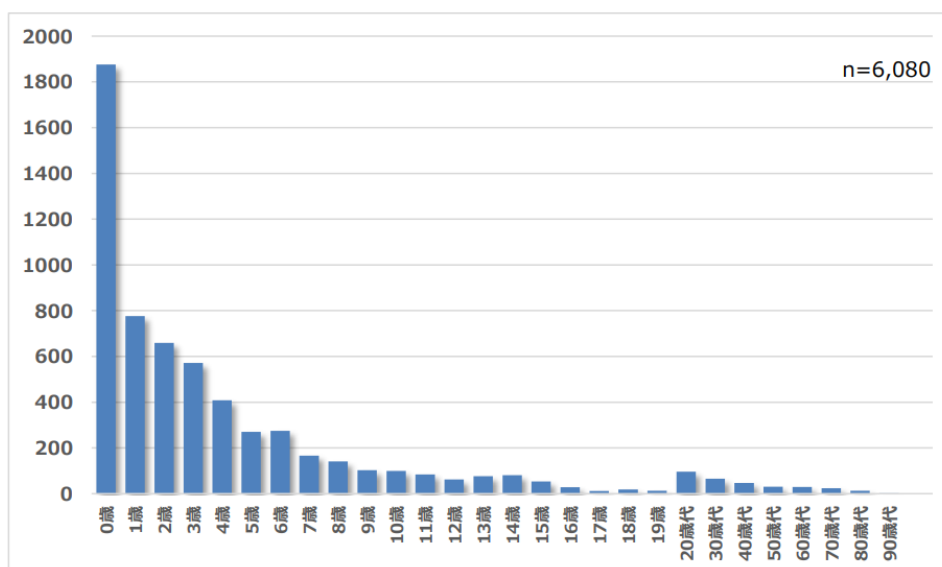


図 1 年齢別発症例数

また、食物アレルギーの原因物質は鶏卵が最も多く 2,028 例（33.4%）、続いて牛乳が 1,131 例（18.6%）となっています（図 2 参照）。鶏卵、牛乳の全体に占める割合が 2005 年からほぼ横ばいであるのに対し、木の実類の割合は 2014 年以降増加傾向にあり、2017 年には小麦に次いで 4 番目の発症例数でしたが、2020 年には小麦を抜いて

3番目の発症例数となっています。さらに木の実類の内訳を見ると、上位4つについては特定原材料または特定原材料に準ずるものと定められており、マカダミアナッツが2024年3月に特定原材料に準ずるものに追加されたことは記憶に新しいかと思えます。

表1 木の実類内訳

種類	n	全体に対する%
クルミ	463	7.6%
カシューナッツ	174	2.9%
マカダミアナッツ	45	0.7%
アーモンド	34	0.6%
ピスタチオ	22	0.4%
ペカンナッツ	19	0.3%
ヘーゼルナッツ	17	0.3%
ココナッツ	8	0.1%
カカオ	1	0.0%
クリ	1	0.0%
松の実	1	0.0%
ミックス・分類不明	34	0.6%
合計	819	

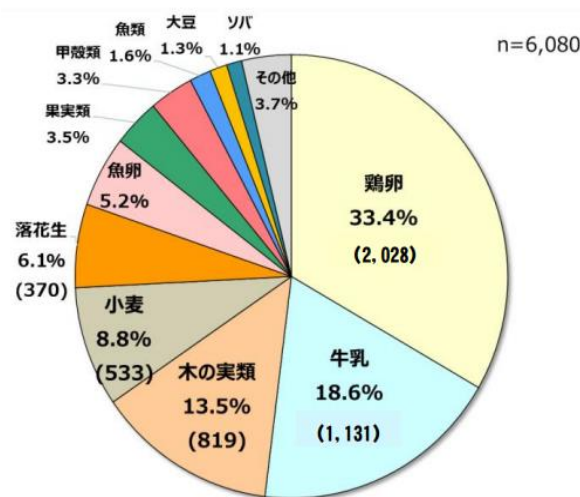


図2 即時型食物アレルギー原因物質

注) 図表は全国実態調査の報告書(2020年)から転載

このように日本国内における食物アレルギーの発症は乳幼児期に多く、依然として鶏卵、牛乳で発症するケースが多いものの、近年では木の実類の発症例が増加傾向にあります。この傾向は日本に限らず海外でも同様であり、木の実類のアレルギー予防策については様々な研究が進められています。その予防策のヒントとなるのが冒頭のバンバとイスラエル国内のピーナッツアレルギーの発症率の関係です。

ピーナッツアレルギーは日本では5番目に多く発症しており、海外でも深刻な問題となっている一方で、イスラエルにおけるピーナッツアレルギー発症率は1/10程度との報告があります。多くの国ではピーナッツは気道異物となる危険性があるため、3歳くらいまでは摂食を避けるよう指導されていますが、イスラエルでは生後1歳までにバンバを経由してピーナッツタンパクを摂取していることがピーナッツアレルギー発症を減らしているのではないかという仮説の下、検証試験が行われた結果、生後4-11カ月の乳児640人において5歳までピーナッツ成分摂取を行った群は成分除去群に比べ、ピーナッツアレルギーの発症が約80%抑制されたことが判りました ([N Engl J Med. 2015; 372: 803-813.](#))。気道異物の危険性の観点に加え、食物アレルギーへの基本的な対応は、「原因物質を避ける」ことが中心と考えられてきましたが、この結果に

より早期の原因物質摂取がアレルギー予防策となる可能性が示唆され、2017年1月にはアメリカの国立衛生研究所がピーナッツアレルギー予防に関するガイドラインを発表、アレルギーのリスクが高い乳児には、4～6ヶ月でピーナッツ（ピーナッツのお菓子やピーナッツバターを湯に溶かしたものなど）を食べさせ始めることが推奨されています。実際にアメリカでは食物アレルギーの発症予防を目的として、食物アレルギーの原因物質を含む離乳食が販売されております。

このように早期の離乳食導入が各食物アレルギーの予防策となるのでは、と期待も高まる一方で、各原因物質をどのタイミングでどの程度の頻度・量で摂取すべきかなど、まだ課題は残されており、さらなる検証が求められています。