

花粉症と 果物アレルギーの 意外な関係!?



板垣 康治

神奈川県衛生研究所
アレルギー研究プロジェクト

春は桜が咲き、新緑が芽吹き、とても爽やかな季節。しかし花粉症の方にとっては、くしゃみや目が止まらなくなったり、目が痒くなったり、鼻水、鼻詰まりなど不快な症状がしばしば続く、生活の質(Quality of Life:QOL)を著しく低下させるため、きわめて憂鬱な季節となっています。この原因として、スギ、ヒノキ、シラカバなどの樹木の花粉があげられますが、春だけではなく、秋にもブタクサ、ヨモギなどが原因となって起きる花粉症もあります。

一方、食物アレルギーのなかで、果物が原因で起きるアレルギーも増加しています。国

立病院機構相模原病院と全国学校栄養士協議会が実施した調査(2002~2003年)によれば、小中学校の給食が原因で、年間300件以上の食物アレルギー事故が起きていて、原因食品中、果物類が最も多く、そのうち7割がキウイで起きています。神奈川県で実施した調査結果でも、やはり果物のなかではキウイが1位でした。

花粉症と果物アレルギー。一見、何も関係がないように思いますが、実は深い関係があるのです。前号でもご紹介しましたが、口腔アレルギー症候群(Oral Allergy Syndrome:OAS)と呼ばれる食物アレルギーが

あります。これはリンゴ、モモ、メロン、キウイ、セロリ、トマトなどの果物や野菜を食べると唇、口、のどなど口腔部分を中心として、違和感を感じたり、痒くなるなどの症状が起きるものです。花粉症の人に、このOASを持つ人が多いことがわかってきました。これは花粉の中に含まれているアレルギーの原因物質(アレルゲン)と果物の中に含まれているアレルゲンの構造が似ているために起きると考えられています。たとえば、北海道で多いシラカバ花粉症の場合、バラ科の果物(リンゴ、モモ、サクランボ、ナシ、イチゴ、ビワ、アンズ、スモモなど)、ナッツ類

(ヘーゼルナッツ、ピーナッツ、ブラジルナッツ、ココナッツ、アーモンド、クルミ)などとの関連性が明らかになっています。ほかにも、スギ花粉症とトマト、ブタクサ花粉症とメロン、スイカ、ヨモギ花粉症とキウイ、ニンジン、セロリ、ピーナッツなどが関連しているといわれています。また、果物同士の関連性もあります。たとえば、リンゴを食べてアレルギーが起きる場合、同じバラ科のモモやサクランボなどでも同様にアレルギーが起きる可能性が明らかになりました(神奈川県食物アレルギー実態調査結果より)。花粉症の方は、果物アレルギーにもご用心を。