

# 赤ちゃんのアトピー性皮膚炎の予防のために

## ● 食事制限の失敗 ●

赤ちゃんのアトピー＝食べ物アレルギーと考えられていた時代には、食事を制限してアレルギーを予防するさまざまな試みが行われました。

### ■従来の考え方



アトピーの原因になる食物を、とにかく除去しようというわけです。ところが妊娠中・授乳中の母親が食物除去しても、赤ちゃんの離乳食を遅らせてもアレルギーの予防効果がないことが明らかになりました。これは“食物アレルギーが原因でアトピーになる”という従来の考えでは説明できません。

## ● 食物のもう1つの侵入経路 ●

アトピー性皮膚炎の赤ちゃんの皮膚はバリアが壊れているため、皮膚からダニやほこり、汗などの様々な物質が体内に侵入しますが、この時食物も一緒に侵入することが分かってきました。我々が卵を食べた後の室内には卵が、ピーナッツが、(目には見えないけれど)漂っているらしいのです！  
そうして食物を口から食べた場合、腸管の免疫系によってアレルギーが抑えられる(耐性)傾向があるのに対して、皮膚からの侵入ではアレルギーを起こしやすいと言われています。

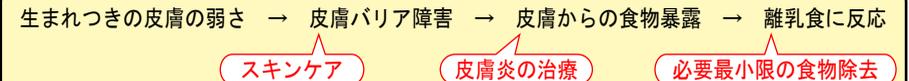


このため皮膚に湿疹があるからといって過剰な食物除去をすると、バリアが壊れた皮膚からは食物が侵入される一方、耐性を誘導する口からの摂取がないため、ますますアレルギーが起こりやすくなってしまいます。『食物除去するからますます食物アレルギーになる』という危険性があるのです。

## ● アトピーと食物アレルギーの新しい展開 ●

アトピーと食物アレルギーの関係には下のような新しい説が提唱されています。

### ■新しい説



皮膚バリア障害があると、はじめに皮膚から食物が侵入してアレルギーを発症し、口から食べる離乳食に症状を起こすようになってしまうということです。ですから湿疹ができる前からスキンケアによって皮膚バリアを補強し、皮膚から侵入する食物をブロックすればよいことになります。

実際新生児の時期からしっかりスキンケアをすることで(食物除去をしなくても)アトピーの発生が大幅に減少したという研究もあります。食物除去は血液検査の結果によるのではなく、食べて症状の出るものだけを最小限除去することが勧められます。

