

# 大豆アレルギー

## 食物アレルギーの5-6%

大豆はしょうゆ みそ 納豆 豆腐にふくまれて、日本人の総摂取蛋白約80g中10gが大豆蛋白です。経口摂取以外に大豆を取扱中吸入で起こることもあります。しかし重症例が少なく調味料 納豆などは比較的安安全に使用できます。

重症のアトピーで大豆アレルギーが強陽性の時は湿疹の悪化があり完全除去が必要だが、比較的早期に、調味料 納豆などは安全に使用できます。

症状としてアナフィラキシーショックや喘息をは極めて希です。アレルゲンは複数存在します。

## ● 治療

症状にあわせてアレルゲン除去

アナフィラキシーショックが少ないので薬物療法中心です。

分離大豆蛋白を酵素加水分解した大豆ペプチド飲料が発売されている。

- ・ 乳児の食事

症状を起こす大豆製品を除去、味噌、しょうゆの開始を遅らせ、大豆油をさげましょう。

- ・ 授乳中母親の食事

インスタント食品、スナック菓子の摂取をできるだけ減らす。

抗原の強さ	食べられない食品	それに代わるもの
最も強い	大豆, おから, 枝豆, ナッツ, ピーナッツバター 食物油 (大豆油 ごま油)	白身魚, 肉, 菜種油
強い	チョコレート, スナック菓子, 揚げ物, マーガリン ルー	せんべい, アレルゲン除去 ビスケット, なたねマーガリン
やや強い	きなこ, 小豆, 豆腐, 豆乳, グリーンピース, インゲン豆	芋ようかん, 雑穀
弱い	納豆, 味噌, 醤油, もやし	大豆ノン味噌 (醤油) 雑穀味噌 (醤油)

	食べられない食品	それに代わるもの
大豆・豆類	大豆, あずき, ピーナッツ, 豆, もやし	
豆製品	納豆, おから, 豆腐, みそ, しょうゆ, きなこ, あんこ (ようかん まんじゅう)	ダイズノしょうゆ ダイズノンみそ 白玉 いもようかん
大豆油	大豆油 サラダ油 コーン油 市販の油 油あげ ポテトチップス えびせんべい	純粋な綿実油 ごま油 菜種油 ゴマ油 オリーブ油

## カテゴリトップへ