

お子さんのアレルギー

気になることはありませんか？

生まれてくる赤ちゃんや、お子さんのために、アレルギーについて知っていただきたいことがあります。

Q. 妊娠中からの食物制限で、子供の食物アレルギーは防げる？

A. 妊娠中の食事制限に発症予防効果はありません。



妊娠中から特定の食品を避けることで子供の食物アレルギーを予防することはできません。

特定の食物をとりすぎたり、避けたりすることなく、お母さん自身が、生まれてくるお子さんのためにも、バランスの良い食事を心がけましょう。



Q. 妊娠中の食事で子供のアレルギー発症予防に良いものは？

A. 妊娠中の食事で、子供のアレルギー発症予防に良い食物はありません。

アレルギー全般に関しても、発症を減らすために特別に勧めることができる食事はありません。

特定の食物をとりすぎたり、避けたりすることなく、お母さん自身が、生まれてくるお子さんのためにも、バランスの良い食事を心がけましょう。



食物アレルギーとは？

東京都アレルギー情報navi.

参考：小児のアレルギー疾患 保健指導の手引き



東京都アレルギー情報navi.
Tokyo Allergy Portal Site

お子さんのアレルギー

気になることはありませんか？

生まれてくる赤ちゃんや、お子さんのために、アレルギーについて知っていただきたいことがあります。

Q. 湿疹は自然に治るのを待っていてもいいの？

A. 湿疹は、そのままにせず、早めのスキンケアや医療機関の受診が大切です。



湿疹やアトピー性皮膚炎がある子供の方が、ない子供に比べて食物アレルギーやぜん息、アレルギー性鼻炎といった他のアレルギー疾患を発症する確率が高いことが知られています。

そのため、乾燥や湿疹などの皮膚の症状がある場合には早めにスキンケアを行うとともに、医療機関を受診し、湿疹に対する治療も開始しましょう。



スキンケアは、よく泡立てた石鹸をたっぷり使い、しっかりとすすぎ、こすらないようにタオルで水分を拭きます。その後、すぐに保湿剤で保湿をします。

スキンケアとは、皮膚を清潔に保つこと（入浴、洗浄）、バリア機能を補うこと（保湿剤の使用）を指します。

スキンケアのポイント

東京都アレルギー情報navi.

参考：小児のアレルギー疾患 保健指導の手引き



東京都アレルギー情報navi.
Tokyo Allergy Portal Site

お子さんのアレルギー

気になることはありませんか？

生まれてくる赤ちゃんや、お子さんのために、アレルギーについて知っていただきたいことがあります。

Q. 親やきょうだいアレルギーだと、生まれてくる子供はアレルギーになりやすい？

A. アレルギーの発症に遺伝的要因は関係ありますが、それだけでアレルギーになるわけではありません。



アレルギー疾患における遺伝的要因の関与は大きく、様々な研究結果から、アレルギー疾患の家族歴は子供のアレルギー疾患発症のリスク因子であることが示されています。しかし、アレルギー発症には環境要因など様々な要因が関与しており、遺伝的要因のみでアレルギー疾患が発症するわけではありません。

参考：小児のアレルギー疾患 保健指導の手引き



食物アレルギー・よくある質問

東京都アレルギー情報navi.



東京都アレルギー情報navi.

Tokyo Allergy Portal Site

お子さんのアレルギー

気になることはありませんか？

生まれてくる赤ちゃんや、お子さんのために、アレルギーについて知っていただきたいことがあります。

Q. 離乳食の開始時期を遅らせると、食物アレルギーは防げる？

A. 離乳食を遅らせることに発症予防効果はありません。



食物アレルギーの発症予防を目的として離乳食の開始を遅らせることは推奨されていません。通常通り生後5，6か月頃から開始しましょう。

ただし、湿疹があるお子さんは食物アレルギーの発症リスクが高いことが知られています。食物アレルギーが心配なあまり、離乳食の開始を遅らせるのではなく、医療機関を受診して皮膚症状の改善を行い、離乳食の開始について相談しましょう。

参考：小児のアレルギー疾患 保健指導の手引き



これから離乳食を始める
保護者の方へ

東京都アレルギー情報navi.



東京都アレルギー情報navi.
Tokyo Allergy Portal Site