



かゆみにお困りではないですか？

そのかゆみ、フードを変えるだけでかゆみが減るかもしれません！

今回は**食物アレルギー**についてのお話です。

食物アレルギーとは

食物が原因で皮膚にかゆみが出たり、嘔吐や下痢をすること

食物アレルギーチェックリスト

- ① 痒くなり始めたのは1才未満
- ② 季節に関係なく通年かゆそう
- ③ 痒い場所は目周囲・口周囲・背中・足先・耳
- ④ うんちの回数は1日3回以上
- ⑤ フードの種類をずっと変えていない。



上記のチェックリストに当てはまる場合

そのかゆみは、**食物アレルギー**かもしれません。

複雑な要素が原因で治りにくいアトピーとは違い、

食物アレルギーはアレルギーの原因になるものを省いたフード（除去食）にするとかゆみが落ち着きます。

食物アレルギーかの判断は血液検査、食事療法で分かります！

食物アレルギーの原因になる食物ランキング！！

種類/位	1位	2位	3位
犬	牛肉	乳製品	小麦
猫	牛肉	乳製品	魚



< 血液検査 >

原因となる食物、あるいは、食べても大丈夫な食物がわかります。

検査には2種類あります。（リンパ球反応検査/アレルギー特異的IgE検査）

たとえば

リンパ球反応検査 鶏肉 × 小麦 ○ サケ ×	アレルギー特異的IgE検査 鶏肉 ○ 小麦 ○ サケ ×
○食べても大丈夫	×食べたらダメ

鶏肉とサケが原因で食べてはいけなくて、**小麦**は食べても大丈夫

※2つの検査はそれぞれ別のタイプのアレルギー検出するため検査結果が一致しない場合があります。

< 治療 >

フード治療がメインとなります。

検査で分かった除去食だけを食べてもらいます。

このとき、他の食物（トッピング、おやつ、ガムなど）をあげないようにして下さい。

症状によっては、薬による治療も行います。何ヶ月か続けてもかゆみが治らない場合は、アトピーや環境性アレルギーが疑われます。



最近頻繁に顔や体をかくようならば、

一度検査をしてみるといいかもしれません。

フード治療を行う場合は、**除去食とお水**以外与えないように心がけましょう。

かゆみを止めてあげたいと思ったら、お気軽にご相談下さい！！