

# ぜん息以外で気をつける ヒューヒュー、 ゼーゼーって?



ぜん息は気管支が狭くなり、ヒューヒュー、ゼーゼーという音がして、呼吸が苦しくなる病気ですが、ヒューヒュー、ゼーゼーという音がして呼吸が苦しいのは、ぜん息以外にもいろいろあります。ぜん息では息を吐くときに音がしますが、のどが狭くなった場合は息を吸うときにゼーゼー、ゴゴゴという音がします。

## ぜん息以外で気をつけるヒューヒュー、ゼーゼー

### ●細菌やウイルスに感染した場合

クループ\*のようにのどがはれる場合と、気管支炎や細気管支炎のように気管支が狭くなる場合があります。

\*クループとはウイルスがのどに感染しておこる病気です。

### ●心臓や血管の病気がある場合

### ●硬貨やボタン、おもちゃのピースがのどに詰まった場合

### ●ピーナッツなどの小さなものが気管支に入った場合



ヒューヒュー、ゼーゼーという音がして呼吸が苦しそうなときは、すぐに病院へ行くようにしましょう。



●子どものぜん息&アレルギーシリーズには以下のような冊子があります

- |                |                   |                 |
|----------------|-------------------|-----------------|
| 1. アレルギーってなあに? | 5. 日常生活で気をつけることは? | 9. 食物アレルギーって?   |
| 2. ぜん息ってなあに?   | 6. 住まいの掃除はどうするの?  | 10. アトピー性皮膚炎って? |
| 3. もしかしてぜん息?   | 7. 運動はしていいの?      |                 |
| 4. 発作がおきたときは?  | 8. 薬を服用するときは?     |                 |

<発行> 独立行政法人環境再生保全機構

〒212-8554 神奈川県川崎市幸区大宮町1310 ミューザ川崎セントラルタワー TEL:044-520-9568

もっと詳しい情報は

<http://www.erca.go.jp/asthma2/>



この印刷物は  
環境保護印刷の  
水なし印刷で  
印刷しています



PRINTED WITH  
SOY INK  
大豆インキで印刷しています。

リサイクル適性 (A)  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

# アレルギーって なあに?

1  
子どもの  
ぜん息 &  
アレルギー  
シリーズ



<監修> 天理よろづ相談所病院 小児科部長 南部光彦

# アレルギーの病気には、どんな種類があるの？

アレルギーという言葉を知っている人は多いと思います。  
でも、「アレルギーってなあに？」と聞かれて答えられる人は  
少ないのではないのでしょうか。  
子どもに急増しているアレルギーって、いったいどんな病気なのでしょう？



アレルギーは人間のからだのさまざまな場所で、さまざまな症状をおこします。  
子どもに多いアレルギーには、どんな種類があるのでしょうか？

## アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、赤くてブツブツとした、かゆみのある湿疹しっしんが良くなったり悪くなったりを繰り返します。原因は、食べ物やダニなど、さまざまです。



⇒詳しくは、  
シリーズ10「アトピー性皮膚炎って？」  
をご覧ください。

## 気管支ぜん息

空気を肺におくる通りの気管支が急に狭くなる病気が、気管支ぜん息です。呼吸が発作的に苦しくなり、息を吐くときに、ヒューヒュー、ピューピュー、ゼーゼーという音がします。原因は、ダニやカビ、動物の毛やフケなどです。



## 食物アレルギー

食べ物が原因でアレルギー反応が出るのが、食物アレルギーです。じんましんじんましんや唇のはれあはれ、腹痛、嘔吐など、症状はさまざまです。3歳ごろまでの原因で多いのは、卵、牛乳、小麦です。



⇒詳しくは、  
シリーズ9「食物アレルギーって？」  
をご覧ください。

## アレルギー性鼻炎

鼻のアレルギーで、ぜん息の子どもによくみられます。症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまりの他、目やのどのかゆみを伴うこともあります。原因は、ダニやスギ花粉などです。



# どのようにしてアレルギーがおこるの？

アレルギーの病気にはさまざまな種類がありますが、どれも同じような仕組みでおこっています。まずは、アレルギーがおこる仕組みを知り、それぞれの病気への理解を深めていきましょう。



## ■どのようにしてアレルギーがおこるの？

人間には、からだの中に入ってきた細菌やウイルスなどの病原体からからだを守る「免疫」という働きがあります。この免疫が、食べ物やダニなどに対して、過剰に反応してしまうのが「アレルギー反応」です。



### アレルギーになりやすい人は？

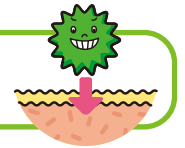
食べ物やダニなど、アレルギーの原因となる物質を「アレルゲン」といいます。人間には、アレルゲンに反応しやすい(アレルギーをおこしやすい)人と、反応しにくい(アレルギーをおこしにくい)人がいます。アレルギーをおこしやすい人は、アレルゲンに反応して体内で「IgE(アイジーイー)抗体」という物質をたくさんつくってしまい、逆にからだに害を及ぼしてしまうのです。

### ■アレルギーと遺伝

親にアレルギーがあると、子どももアレルギーになりやすくなります。子どもの約20%ほどがアレルギーの病気をもっていますが、両親ともにアレルギーがある場合は60%、片方だけにアレルギーがある場合は50%にアレルギーがあるといわれています。お母さんやお父さんにアレルギーがあるときには、離乳食の進め方を考えたり、住まいの環境を整えるなど、早めの対策を心がけましょう。



1 アレルゲンが体内に入る。  
原因 食べ物・ダニ・動物の毛やフケ・花粉など

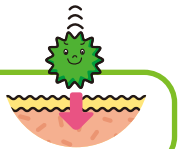


2 IgE抗体がつくられて粘膜や皮膚の中にあるマスト細胞※に付着する。

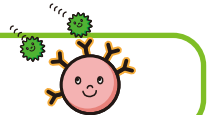


※マスト細胞・・・気道や皮膚など、外界と接触する部分に多い細胞

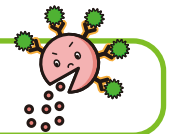
3 もう一度アレルゲンが体内に入る。



4 侵入したアレルゲンが抗体にくっつく。



5 マスト細胞が化学伝達物質※などを放出する。



※化学伝達物質・・・ヒスタミンやロイコトリエンなど、からだにさまざまな反応を引き起こす物質

6 アレルギーの病気が発症する。

- 皮膚 アトピー性皮膚炎 じんましん
- 気管支 気管支ぜん息
- 鼻 アレルギー性鼻炎 花粉症
- 眼 アレルギー性結膜炎 花粉症



# アレルギーの症状は成長に伴って変わっていくの？

子どものアレルギーの特徴は、良くなったり、また別の症状が出たりすることです。次の病気がおこらないように、早めの対策をたてましょう。

気管支ぜん息にならないためには、早めのケアが大切なのね



子どもでは、成長するにつれて、いろいろなアレルギー症状が出たり、消えたりしていくことが大きな特徴です。これをマーチ(行進)にたとえて、「アレルギーマーチ」と呼んでいます。

たとえば、赤ちゃんのときに食物アレルギーやアトピー性皮膚炎になると、1~3歳ごろに気管支ぜん息になり、少し大きくなってからアレルギー性鼻炎やアレルギー性結膜炎になる、というケースがよく見られます。個人差はありますが、全員が同じルートをとるわけではありませんが、アトピー性皮膚炎の赤ちゃんは、4人に1人がぜん息になります。また逆にぜん息の子の2人に1人は、アトピー性皮膚炎があるか以前になったことがある、といわれています。

では、アレルギーマーチを止めるにはどうしたら良いのでしょうか？アトピー性皮膚炎の赤ちゃんは、はじめ食べ物が原因でも、あとでダニアレルギーになりやすく、ダニアレルギーは気管支ぜん息をおこす可能性があります。ぜん息の症状が出る前に、早めにダニ対策などをしておくことで、アレルギーマーチを予防できる可能性があります。

⇒ダニ対策については、シリーズ6『住まいの掃除はどうするの?』をご覧ください。

## アレルギーマーチ



アレルギーになりやすい体質

出生 6カ月

- アトピー性皮膚炎
- 食物アレルギー



自然によくなる

- 気管支ぜん息



3歳

- アレルギー性鼻炎
- アレルギー性結膜炎



自然によくなる

- 成人型気管支ぜん息



6歳

思春期