

# 保健だより



2024.10.30  
結城第一高等学校  
保健室  
アレルギー特別号

～アレルギー疾患について知ろう！～



## 食物アレルギー



[食物アレルギー表示対象品目]

表示	用語	品目
義務	特定原材料（8品目）	そば・小麦・かに・落花生・乳・えび・卵・くるみ 覚え方：（鍋の）そこからにえたくるみ
推奨	特定原材料に準ずるもの（20品目）	アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイ・カシューナッツ・牛肉・鶏肉・豚肉・ごま・さけ・さば・大豆・バナナ・マカダミアナッツ・もも・山芋・りんご・ゼラチン

[症状] 発疹（蕁麻疹）、腹痛、嘔吐、呼吸困難、かゆみなど

[対応] 上記の症状が出た場合は → ①近くにいる大人に助けを求めてください！（学校なら先生）  
②足を高くして、その場で安静にする。動かない、動かさない。

## 結膜炎

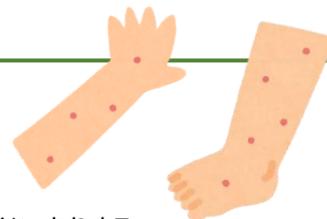
[症状] 充血、目やに、かゆみなど

[原因] 3つ → ウイルス、細菌、アレルギー

ウイルス性	細菌性	アレルギー性
目が開かない くらいの目やに	黄色っぽい 目やにと充血	とても強い かゆみと充血
アデノウイルス、 ヘルペスウイルス など	クラミジア、 黄色ブドウ球菌 など	花粉症、動物、 食べ物、化粧品、 ハウスダストなど

●症状がある場合は、病院へ行きましょう。  
重症化することもあるので、早めの対応が大切です！

## アトピー性皮膚炎



[症状] かゆみ、発疹

症状が良くなったり悪くなったりする。

[原因] 皮膚のバリア機能が低下する時期なりやすい。

皮膚からアレルゲンの侵入やストレスなど、多様な環境要因が重なって起こる。

## 金属アレルギー



[症状] かゆみ、赤くなる

・「ピアスで耳がかゆくなる」「ネックレスで首が赤くなる」など  
・大人になってから突然発症することもある。

**重要!**

[発症前]

●発症する前に、病院での検査を受け予防することも大切です！

[発症時]

●アレルギー物質を摂取後30分以内が勝負です！

発症時の初期対応が大切です。アレルギー疾患で命を落とすこともあります。  
少しでも変だなと思ったら、すぐに近くの大人に助けを求めてください。

