

栄養科だより

2017年2月号



1月もあっという間に後半ですね。

遅くなりましたが、今年もよろしくお願いいたします。

早速ですが、今月号は食物アレルギーについて取り上げます。

●食物アレルギーって…

私たちの体には、有害な細菌やウイルスなどの病原体から体を守る「免疫」という働きがあります。

食物アレルギーはこの「免疫」が本来無害なはずの食べ物に対して過敏に反応してしまうようになった状態のことをいいます。

じんましん、呼吸困難、腹痛、嘔吐など様々な症状が現れます。重篤な場合には、アナフィラキシーといって全身に症状が現れ、血圧低下や意識障害を引き起こし、死に至ることもあります。

●特定原材料

えび、かに、卵、乳、小麦、そば、落花生は特定原材料になっており、原材料に含む場合には表示することが義務になっています。

表示の義務があるもの

特定原材料（7品目）



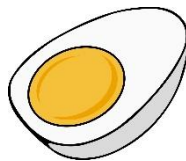
●当院のアレルギー患者数

えび・かにアレルギー	4名
卵アレルギー	3名
落花生アレルギー	3名

▼今月は、卵アレルギーについて取り上げます。

●卵アレルギー

当院での表記: 卵禁(加工×)アレルギー



以下に示す、卵を使用した料理、食品の除去が必要です。

- ・ゆで卵、温泉卵、炒り卵、厚焼卵、錦糸卵、オムレツ、かに玉、茶碗蒸しなどの卵料理
- ・マヨネーズ、中華めん、菓子パン、コロケ、メンチカツ、エビフライ、ワンタン、餃子、グリルドハンバーグ、鶏肉団子、ふぶき、さつま揚げ、かまぼこ、はんぺんなどの食品
- ※粉らわしい表記(食べられるもの): 卵殻カルシウム

特に、加工食品は卵が使用されている場合があります。袋に原材料の表記があるものはよく確認してから使用するようにしましょう。食品アレルギー対応表やアレルギーの食事に関する参考資料がありますので、それらも確認の上、調理・提供を行ってください。

＜卵アレルギーの特徴＞

卵は加熱によってアレルギーを起こす力が弱くなります。この為、生卵や半熟卵には注意が必要です。

マヨネーズやアイスクリーム、カスタードクリームなどに入っている卵は十分に加熱されていないので特に気を付けましょう。