

a. 食物アレルギーの概要

食物アレルギーは、原因食物（アレルゲン）を誤って食べたり、吸い込んだり、接触することによって、皮膚症状、呼吸器症状、粘膜症状など様々な症状を引き起こすことである。患者のうちの約10%は、全身の臓器がアレルゲンに反応し血圧低下や意識消失など重篤な症状を引き起こす（アナフィラキシーショック）。緊急時の対処薬としてアナフィラキシー補助治療剤（注射）エピペン[®]があり、誤食に気づいてから10分以内に注射し、30分以内には救急搬送し治療が開始されていなければならない。食物アレルギーがある人は、治療が遅れば死に至る可能性もあることを念頭に置かなければならない。

食物アレルギーの原因物質となる食物は人によって異なる。日本国内においては、容器包装された食品の表示が義務づけられている8品目（卵、乳成分、小麦、そば、落花生、えび、かに、くるみ）と、表示義務ではないが可能な限り表示することを推奨されている20品目（アーモンド、いくら、キウイフルーツ、大豆、バナナ、やまいも、カシューナッツ、もも、ごま、さば、さけ、いか、鶏肉、りんご、まつたけ、あわび、オレンジ、牛肉、ゼラチン、豚肉）がある。ただし、患者の中にはこの計28品目に含まれない食物がアレルゲンの人もいるため、食物や食事を提供するときは、その人の原因食物が何かを丁寧に聞き取る必要がある。

b. 「食物アレルギー」の人が直面する危険と課題

1) 発災直後 避難所にたどり着いた直後、まだ水や食料も配布されていないようなときでも、被災した人同士で気持ちを落ち着かせるために、自分が家から持ち出した飲み物や飴、お菓子などを譲り合うことがある。この際、食物アレルギーの人は、原材料が表示されていないものを口にできない場合が多い。たとえば乳成分がアレルゲンの人に煎餅を食べさせて、部分的にコーティングされていた砂糖に乳成分が入っていてせきが止まらなくなった事例や、パイナップル飴に同じく乳成分が含まれていて口が痛い子どもが泣き出した事例もあった。災害時はすぐに治療ができない可能性を懸念して、患者はいつも以上に慎重に食物を見極めなければならない状況に置かれている。以下に危険と課題を整理した。

(1) 安全が確認できないと食物を口にできない

- ・被災者同士の食物の譲り合いが困難。
- ・容器包装されていない支援物資の食物が配布されたとき中身の確認が困難。
- ・弁当はおかずごとの原材料が確認できないと口にできない、特に複数のアレルゲンがある人は困難。
- ・炊き出しに使われている食材や調味料の原材料がわからないと食べることができない。

(2) 治療環境が悪化する

- ・病院には被災者があふれているため順番待ちをしなければならない。
- ・被災したときエピペン[®]を持ち出せない場合もある。
- ・病院にいくための道路の寸断やガソリン不足などで病院にいけない。
- ・救急車の到着・搬送にいつもより時間がかかる。

- ・寝不足、不安、緊張、季節によっては過酷な暑さや寒さなどが影響していつもより過敏にアレルギー反応を起こす人もいる。

2) 中長期 長期間避難所にいる場合、冷蔵庫や電子レンジがどの程度利用できるかによって状況は異なる。弁当や炊き出しが食べられない場合でも、アレルギー用の食料を冷蔵庫で保管、電子レンジで加熱できれば食べられるものの幅は格段に広がる。

子どもの場合、通園、通学先が再開しても給食調理が困難な状況が長く続くこともある。過去の災害後の例では、パンと牛乳のみの給食や市販弁当の配布などが行われた。避難所から通う子どもたちはアレルギー用の弁当持参も困難なため、食物アレルギー児童のための給食支援が必要になる場合もある。

c. 食物アレルギーの人への対応（危険回避の方法）

食物アレルギーがある子どもたちが保護者とはぐれていることもある。過去の災害では、両親が怪我をして入院し、急遽孫に付き添った祖父は子どもの状況を詳しく説明できなかった例や、高校生の患者が勇気を出して炊き出しのボランティアに声をかけることができず、米飯だけ食べて数週間過ごした例もあった。以下に食物アレルギーの人への対応と危険回避の方法を整理した。

(1) 声がけと聞き取り

避難所が開設されたとき、アセスメントのために様々な聞き取りや調査が行われている。高齢者、赤ちゃん、日本語を母国語としない人、目が見えない人、高血圧、糖尿病など調べる項目は様々である。同様に、炊き出しをする人、弁当や義援物資の食物を配布する人も、声をかけ食物アレルギーの人の存在を確認すべきである。避

難所にいる人は流動的で、統廃合も頻繁に行われるので、毎回の声掛けが望ましい。

食物アレルギーの人の存在を確認したら、アレルゲンを丁寧に聞き取る。

(2) 表示

避難所外の人が食事を配布する場合でも、おにぎりの中身など一見してわからない材料について、食料の箱に紙を貼り付けておくなどして、表示する必要がある。

袋や箱に原材料が印刷表示されていて中身を配布する場合も、原材料表示の部分を目立つように掲示する。

炊き出しの場合は、配膳台の横や調理テントの脇などに原材料について掲示する場所を決めて、誰もが目にできるようにするのが望ましい。同じ場所にいつも掲示していると、多くの人に周知徹底するのに役立つ。

(3) わかりにくい表現

炊き出しに使われた食材料をせっかく表示していても、表現が一般化されてしまうと食物アレルギーの人が判断できない場合がある。下記を参考にして「アレルギーがある人が食べられるかどうか判断できる表現」に取り組んでほしい。

(参考例)

だし : 顆粒だし (乳糖)

: にぼし, 昆布

ブイヨン : 鶏, 豚, 牛のブイヨン

: 鶏を使った手作りのブイヨン

また、煮物やおでんなどの煮汁にゆで卵もいっしょに煮込んだ場合などは、卵そのものが見当たらなくても、アレルギー発症の引き金になることがあるため、いっしょに煮込んだものをもれなく表示する必要がある。そばを茹でた煮汁でうどんを茹でる場合も同様。 [赤城(岩隈)智美]