

# アレルギーについて

## About Allergies

やまおか小児科・アレルギー科クリニック 院長・山岡 幸司  
Koji YAMAOKA,  
Director of Yamaoka Pediatric Allergies Clinic



○山岡幸司 皆さん、こんにちは。

私は神戸市の東灘区で町医者をやっております山岡と申します。もともとぜんそくとかアトピー性皮膚炎、子供たちのそういう病気を専門に診てまいりました。本日、子供のアレルギーについてお話をさせていただきます。【スライド 01】

アレルギーと申しまして、大変幅が広くありまして、もちろん犬だけではなくて、さまざまなアレルギーの病気がございます。私の病院では、小児科なんですけども、およそ8割ぐらいはアレルギーの患者さんが来られます。ぜんそくの方、アトピー性皮膚炎の方、花粉症の方、あるいはそのほか食物アレルギーの方、さまざまな方が来られます。その中で、きょうは特に犬に関連したアレルギーについて、お話をさせていただきます。【スライド 02】

本日、お話しさせていただきますことは、簡単なアレルギーとはどういうものなのかということに始まりまして、子供のアレルギー疾患について、あるいはアレルギーという言葉が出ておりますが、そういう犬アレルギーであります、密接な関係をしておりますダニアレルギーがございまして、それについてもちょっとお話しさせていただきます。さらに、私のところのクリニックにも、大変多くの犬のアレルギーがあるんですけど犬を飼って、その症状で悩んでおられる方が来られますので、その方たちに実際のクリニックでアドバイスしている内容について、触れさせていただきます。

また、先ほど沖本先生の大変感動的なお話があったばかりですが、自分の家にはいないんだけど、一時的に犬と接触する場合の一般的な注意点についてお話しさせていただきます。

さらに、これから室内で犬を飼いたい人、恐らくいっぱいおられると思うんです。そういう方で犬アレルギーを心配して相談に来られる方もおられますので、そういう方へのアドバイスについても触れさせていただきます。

結構盛りだくさんの内容で、余り耳なれない言葉等も出てきて、犬と常々触れ合っておられる方にとっては、多少ネガティブな印象を持たれるような内容もあるかもしれませんが、私個人的には昔、自分で犬を飼っておったこともありまして、犬に対しては結構ファミリーなアレルギー科医ではないかなと、自分では思っております。

さて、本題に入らせていただきますが、アレルギーと免疫という内容です。免疫と申しますのは、自分と自分以外のものを区別して、自分にとって有害なものから身を守ろうとする、そういうシステムのことです。アレルギーといいますのは、免疫反応に基づくところが肝心でありまして、免疫反応で引き起こされる自分にとって不利な反応のことを指します。例えばばい菌を殺すのは、自分にとって有利な反応で、そういうのはアレルギーとは言わないわけです。自分にとって不利な反応が起こる場合にアレルギーと言われると考えていただいたらいいと思います。【スライド 03】

この免疫反応は、じんま疹とか皮膚だけでなく、目、鼻、気管支にも炎症を起こすと書いてあります。つまり赤く腫れたり、痛かったり、かゆかったりする症状を起こすことになります。

それがアレルギーというものなわけですが、そういうアレルギーでどういった子供のアレルギーがあるかという、じんま疹、アトピー性皮膚炎、ここに挙げたようなものが起こります。特に下の2つは非常に重症な病態です。一般にアレルギーがあるだけどいう場合に、例えば花粉症のように、鼻水が出るとか、あるいは目がかゆいかいいうことは、直接にはもちろん生命にも影響は及ぼしませんが、下の2つは別です。【スライド 04】

気管支ぜんそく、ゼイゼイと息苦しくなる症状です。これは大変深刻な症状で、これが出ますと生活が十分楽しくできなくなります。それどころか、夜中に救急で入院したり、救急車を呼んだりすることもあります。

アナフィラキシーは、ちょっと耳なれない言葉ですが、さまざまなアレルギーの症状が一遍にあらわれて、急速に悪化する全身症状のことを指します。例えばじんま疹が出て、しかも呼吸困難が起こっているとか、あるいは吐いているとか、いろんなそういう症状が出ることをアナフィラキシーと言います。急速なアレルギーの全身反応は大変危険で、アナフィラキシーからアナフィラキシーショックという状態に立ち至ることもあります。アナフィラキシーショックになりますと、血圧が下がって、脳血流が下がって、直接、死の危険が迫ってまいります。そのような重症のアレルギーを起こす場合もあるということです。

これは一般的な話でありまして、実際に犬と接触した方が起こす症状で、アナフィラキシーまで行く方は非

常にまれです。ぜんそくが起こる例というのは、実際、たくさんの患者さんを診ておられますと、結構多いものなんです。自分の家では飼っていないけれども、実家に行ったら必ずぜんそく発作が起こるんですというお子さんは非常に多くおられます。実家で犬を飼っているからということで、親御さんも気づいておられるんですが、何とかしてくれということで相談に見えられたりします。

具体的にどんな症状が出るのかということです。目が赤くなる、かゆい、鼻水、鼻詰まり、くしゃみ、この辺は花粉症と一緒にです。皮膚が赤くなる、かゆい。ぜいぜいといって呼吸困難が起こる。いろんなことが一遍にあらわれる。そういうアレルギーの症状として有名なものは、このあたりだろうと思います。そのほかにも、例えば嘔吐するとか、単にぐったりして元気がなくなるとかというような、非常にわかりにくい症状が出る場合もございます。【スライド 05】

さて、一般的なアレルギーの話、ちょっと退屈な話でしたが、犬に特化した話にだんだんしていきたいと思えます。犬アレルギーですが、正確な統計はありません。正確な統計はないんですが、犬とか、猫とか、家庭で飼われている動物に対するアレルギーは、大体総人口の10%ぐらいあると言われていています。総人口の10%といってもなかなかぴんと来ませんが、かなりありふれた状態だと考えていただいてもいいと思うんです。【スライド 06】

主要な抗原、これはたんぱくが同定されておりまして、Can f1 というふうになづけられております。ほかにも幾つか同定されておりまして、よくある質問で、毛が抜ける時期にというお話がありますが、このたんぱくは毛ではなくて、主には犬のふけ、唾液、尿、そういったものに見られます。したがって、毛だけを対象にした対策は余り意味がないことになります。実際に臨床しておりましてお話を聞くと、一番多くアレルギーが見られるのは、なめられたときに起こるというものです。犬になめられた場合に、唾液が皮膚につきますが、その唾液がついたところだけが真っ赤に腫れるという症状を訴えられる方は非常に多いです。犬は自分の体をなめたりします。そういうことから犬の毛や皮膚に犬の唾液がつくことは十分あることで、それが犬アレルギーのもとになっていると考えていただいてもいいと思います。一般には、床で尿をしている犬というのは余りいないと思いますが、尿は余り大きな問題にならないかもしれませんが、主には唾液、ふけと考えていただいたらいいでしょう。

犬を飼っていない家庭や保育園を含む公共の場にも見出される。これは、犬はいないんだけどというおうちでも、犬のアレルゲンは探せば必ずあると言われていています。猫に至っては、もっとあると言われていています。本来、犬のアレルギーのもとである Can f1 は非常に小さいものですから、いろんなところに付着しているんです。なので、それが犬を飼っていない場所にも持ち込まれていると考えてください。【スライド 07】

犬は、日本でも30年前、40年前ぐらいまでは外で飼われていたことが多いんですが、最近は都市化と住宅事情の問題から、室内で犬が飼われるようになっております。そのあたりがやはり人と犬の生活環境が非常に密接になってしまったということから、犬アレルギーの問題がクローズアップされてきているように思います。

この原因となる犬アレルゲンは非常に小さいんです。目に見えません。ほこり、そういったものと一緒になっておりまして、空中浮遊しているんです。もうその辺の空気の中に飛んでいるということです。床やカーテンや壁、天井にもついている。そういう状態です。犬アレルギーのもとになるアレルゲンは、ごく微量で症状をすぐ起こすことができます。手術をされていない雄は、雌よりアレルギーを起こしやすい。およそ3倍ぐらいアレルギー性が強いと言われていています。手術をされた雄は、雌と同等になります。



さて、冒頭に触れました犬とダニアレルギーの話ですが、子供のアレルギーのもととして血液検査などをすると、ハウスダストやダニは非常に高率に出ます。日本においては、お子さんのぜんそくとかアレルギー性鼻炎の9割は、ハウスダストやダニが原因です。一方で、犬と一緒に飼われておられますと、犬アレルギーのもとである、犬に対する抗体も高率に見出されるわけですが、家庭の状況を考えてみますと、室内で飼っている犬がおられますと、ある程度、室内の湿度が上昇します。そうすると、湿度が上昇するとダニはふえやすくなります。ダニは高温多湿の状況を好みますので、ダニアレルゲンがふえるということです。そういう場合、日本で室内で飼われている犬の皮膚を調べますと、ほとんどのケースでダニアレルゲンが見出されます。犬の皮膚にもダニはついているというわけです。このダニは、人をかむようなダニ、あるいは犬をかむようなダニというよりは、ヒョウヒダニと申しまして、非常に小さなダニで、かむとか、血を吸うとかいうダニとはちょっと違います。もちろん見えません。【スライド 08】

ダニは、犬自身の皮膚炎も引き起こします。人間のアトピー性皮膚炎も引き起こしますが、犬の皮膚炎も起こしますので、犬はもちろんかゆいですから、そうするとみずから皮膚をひっかく。そうすると、さらにまた犬

のふけが空中にまき散らされるという事態もあり得ます。  
【スライド 09】

私は犬アレルギーじゃないかと思うんですけどということで病院に見えられる方、あるいはこの子はといて連れてこられる親御さんがおられるんです。検査しましょうと調べてみると、確かに犬も飼っておられるんですけど、犬は無実であって、ダニの抗体が非常に高いというケースもあります。犬が悪いんじゃないかと思ってたら、実はダニだったというケースもあり得るということです。そういった検査を受けてみると、犬のせいばかりではなかったということが明らかになるケースがあります。

さて、よくある相談が、血液検査をしてもやっぱり犬に対する抗体は高く、犬アレルギーがあると。でも実際、今、室内で犬を飼っているんですけどという相談です。私は医者になって30年余りたつんですけど、昔、駆け出しのころは、そういう場合はペットかえてくださいと、別のペットにするか、あるいは誰かにもらってもらってくださいというふうな話をしておりました。そのほうが確実によくなるし、ペットをかえない限り、お子さんはよくなりませんよという話をしておりましたが、それでペットをかえる人がいないということに途中から気づきました。もっと言うと、ペットをかえてくださいと医者と言うと、大抵の患者さんは医者をかえるんです。

症状はさっぱりよくなるらないということで、今後どうしていったらいいだろうということで、いろいろ勉強したり、あるいは実際に犬を飼っているうちを訪ねて相談したりしまして、いろんな対策というのをアドバイスすることにしました。これは犬の種類にもよるということで一概には言えませんが、できれば週に1回は犬を洗う、できれば犬アレルギーがない人が外でブラッシングできると、よりいいかなと思います。大事なことは寝室に入れられないことです。寝室は、やはり人が一番長く時間を過ごす部屋ですので、犬を入れない部屋を1つはつくる、それを寝室にすることは、やはり最低限必要なことだろうと思います。犬アレルギーは、いろんなものに付着していると申し上げましたが、壁とか、できれば天井も拭き掃除をすることで犬アレルギーを減らすことができます。

H E P A フィルターというのは、ちょっと聞きなれない言葉ですが、最近はそのような布団のダニを吸い取るハンディーな掃除機とかに、大抵 H E P A フィルターという文言が付されております。ちょっと英語のほうを見ていただきますと、H E P A の略語が書かれています。high-efficiency particulate air と書いてあります。要は目の詰んだ細かいフィルターなんです。せっかく吸い取っても排気口から出てきたのでは話にならないわけで、そういうものをトラップできるようなフィルターつきの掃除機、あるいは空気清浄機を装備すること。もともと布製の家具やじゅうたんがいっぱいありますと、そこに犬アレルギーのもとである犬アレルギーや、さらにはダニ

アレルギーもいっぱい付着して取れなくなりますので、どっちかという、アレルギーのことだけを考えれば、木の床であるとか、革のソファであるとか、そういった布でない素材が望ましいわけですが、一方、犬の立場になって考えますと、余りつるつるの床とかだと暮らしにくいということがあるかも知れません。そういう場合、最小限にさせていただいて、洗えるようなものを使っただけといいかもしれません。例えば革のソファにカバーをかける。ソファ自体は洗えませんので、カバーは洗えるようにする。あるいは木の床でラグのような敷物をひいて、それもしょっちゅう洗いがえしてもらおうとかいう工夫が必要になります。

家で飼っている場合であっても、接触の後には、できれば手を洗うとか、着がえらうとかいう配慮もアレルギー症状を減らします。臨床上、自分の家の室内で飼っている場合に、やはりいろいろ気をつけていただくことで、随分症状が減ることに気がつきました。

それでもなおさまざまな症状が出る場合には、やはりクリニックや病院で処方してもらうことになります。抗ヒスタミン薬を飲む。これは抗アレルギー薬と言われている場合もあります。あるいは点鼻薬、鼻スプレーを使う。点眼薬を使う。ぜんそくが出る場合は、先ほど申しましたように、ぜんそくは大変深刻な症状ですので、吸入ステロイド薬というのが欠かせないと思います。犬を飼いたいので吸入しますというお子さんは、大変たくさんおられます。これをすると完璧になるわけではないですが、症状はほとんど出なくなります。免疫療法と書きましたが、実はこれは日本では実用化されておりません。欧米では、アラジーショットと言われることが多いですが、多くの場合は、注射で犬アレルギーを少量ずつ体内に定期的に入れて、体をならしていく方法です。大体1年とか、2年とかかかるんですけども、毎週注射して2年という大変な負担ですが、これが非常にうまくいきますと、その後、5年、10年と何もなくても症状がほとんど出なくなるという、かなり有力な治療法ではありますが、まだ一部の国でしかされていないのが実情です。【スライド 10】

日本では、これに近いものがスギ花粉症で最近されるようになりました。注射は昔からあったんですが、スリットと申しまして、SLIT と書きまして、舌下免疫療法と書いて、舌の裏側にエキスを入れて免疫をつけていくという方法がありますが、犬でこれが実現するのは、恐らく大分先だろうと思います。まだアメリカなどでも公認されていないやり方です。ただ、かなり根本に近い治療法ですので、将来的には期待が持てると思います。

治療の方針として、先ほどちょっと申し上げましたように、犬を手放すだけではなかなかよくなりませんので、さまざまなこういう治療を組み合わせるようになります。

病棟での触れ合いのような、あるいは一時的に犬のいる家庭を訪問する、実家に滞在するという場合、自分

の家で飼っているときとは違う対策を立てると余り症状が出ないということもあります。唾液中に非常に強いアレルギーがありますので、できればなめられないようにすることです。犬の体をさわった場合、自分の手には大変たくさんの犬アレルギーが付着しますので、そのまま目をこすったりしますと目が腫れ上がって大変なことになりますが、できるだけ顔をさわらないようにして手を洗ってしまうと、症状が出にくくなります。粘膜の症状は非常に強く出ますので、犬アレルギーがある人は、犬を素手でさわった後、決して顔、特に目をさわらないということは必要なことです。犬をだっこしてもいいと思いますが、帰宅した場合は、すぐにシャワーして、全部着がえる。そういった犬アレルギーのもとになる犬アレルギーをいつまでも体につけておかないことも必要でしょう。【スライド 11】



実家に帰るとぜんそくが出るという方の場合は、必ず予防治療をしております。実家に帰る二、三日前から治療を始めて、症状が出にくくなるようにしております。

先ほどの沖本先生のスライドで、マスクをして、ビニール手袋をして、犬をさわっている写真を見せていただきまして、大変嚴重にしておられるんだなと思って、ちょっと驚きました。病院ですから、そういう配慮は確かに必要かもしれませんが、家庭、実家、友人のうちで、そこまでする必要はないのではないか、と、実地医家としては思います。これぐらい気をつけていただきますと、よっぽど重症の方以外は、大変困った症状は出にくいと思います。

さて、今までは実際に犬と接触している人、その症状で悩んでおられる方の話です。ぜんそくの患者さんで犬を飼いたいんだけど、猫を飼いたいんだけどという相談は大変多くあります。それだけ犬を飼うことに対する希望は強いわけですが、アレルギー体質があって、これから室内で犬を飼おうという方になっている、クリニックでの実際のアドバイスですが、どんな犬がいいんですかと聞かれる方はよくあります。ですが、残念ながら、アレルギーを起こさない犬は知られておりません。毛の短い犬がいいんですかという質問もよくありますが、毛が短ければ必ずオーケーというものでもないです。ほとんど毛がない一部の犬は、例えば洗うのが楽だとか、また

皮膚の問題がすぐわかって対策が立てやすいとか、いろんなメリットはあるでしょうが、アレルギーが出ないかと言われると、残念ながらそれはありません。雄は雌よりアレルギーが多いというお話もしました。

犬は家に数週間いれば、十分な量の犬アレルギーを散布しますので、ちょっとの間だったらいいだろうとかいうことは残念ながらないんです。一般には、ぜんそく症状が一番深刻な症状ですので、ぜんそく症状が出たからどうしようという相談の場合は、これはもう治療を続けるしかありません。犬と一緒に暮らすためには、毎日2回吸入したり、1回薬を飲んだりするという予防治療が欠かせなくなる方もおられます。【スライド 12】

ただ、アレルギーの症状は犬ばかりではなく、ダニでも出ますし、多くの場合はダニと犬と両方に感受性がありますので、犬の対策ばかりではなく、ダニ対策もしっかりする、それがひいてはアレルギー症状を減らすことになるということで、ダニ対策に対しての具体的なアドバイスもいろいろしております。

さて、実際に犬の身近におられる方々には釈迦に説法かもしれませんが、犬もやはりそういうアレルギーになることがありますので、特にダニアレルギーとか、いろんなことが起こります。皮膚が赤くなる、かゆくなる、異常にひっかく、あるいはいつも目がうるうるしている、鼻水がすごく多いとかいう場合、アレルギーのことがあります。ダニ、ほこりが一番多いんですが、最近は花粉とか、食物が原因でアレルギーが起こることもあるということです。【スライド 13】

犬と一緒に楽しく暮らすことが、私がやっているアレルギー外来の目標と言うと大げさですが、なっております。

どうもご静聴ありがとうございました。

# 犬とこどものアレルギー

やまおか小児科アレルギー科クリニック山岡  
幸司

【スライド 01】

## 本日、お話しすること

- アレルギーとは
- 子どものアレルギー疾患いろいろ
- 犬アレルギーとダニアレルギー
- 犬と楽しく暮らすために
- 一時的なふれあいのためには
- これから室内で犬を飼いたい人は

【スライド 02】

## アレルギーと免疫

- 免疫とは、自己が有害な侵入者から身を守る反応のこと。
- 広義のアレルギーとは、免疫反応に基づく生体にとって不利な反応(障害)のこと。
- この免疫反応は、皮膚に限らず眼や鼻、気管支にも炎症をおこす。

【スライド 03】

## 子どものアレルギー疾患

- 蕁麻疹
- アトピー性皮膚炎
- アレルギー性鼻炎
- アレルギー性結膜炎
- 気管支喘息
- アナフィラキシー

【スライド 04】

## アレルギーの症状

- 目が赤くなる、かゆい
- 鼻水、鼻つまり、くしゃみ
- 皮膚が赤くなって痒い
- ぜいぜい、呼吸困難
- それらが複合して現れる

【スライド 05】

## 犬アレルギー(1)

- 総人口の10%の人が犬か猫にアレルギーをもつ。
- 主要な抗原はCan f1で、毛ではなく犬のフケ、唾液と尿にみられる。
- Can f1は、犬を飼っていない家庭や保育園を含む公共の場にも見出される。

【スライド 06】

## 犬アレルギー(2)

- Can f1は、数ミクロンと小さく、空中浮遊しており、床、カーテン、壁にも付着。
- ごく微量で症状をすばやくおこすことができる。
- 雄は雌よりアレルギーをおこしやすい。

【スライド 07】

## 犬とダニアレルギー

- 犬がいると、室内の湿度が上昇してダニアレルギーが増える。
- 犬の皮膚にはダニアレルギーが見出される。
- ダニは犬自身の皮膚炎をひきおこし、引っ掻きによってフケが増える。
- 血液検査でダニと犬のアレルギーの有無を確かめられる。

【スライド 08】

## 飼い犬にアレルギーがある場合

- 週に1回犬をシャンプーする。
- こまめにブラッシング
- 寝室に入れない
- 拭き掃除
- HEPAフィルター付きの掃除機や空気清浄機
- 布製の家具、じゅうたんを避ける
- 接触の後は手を洗う、着替える

【スライド 09】

## 飼い犬にアレルギーがある場合

- 週に1回犬をシャンプーする。
- こまめにブラッシング
- 寝室に入れない
- 拭き掃除
- HEPAフィルター付きの掃除機や空気清浄機
- 布製の家具、じゅうたんを避ける
- 接触の後は手を洗う、着替える

【スライド 10】

## 一時的な接触の場合

- できればなめられないようにする
- 犬の体をさわったら、その手で自分の顔をさわらず、すぐに手を洗う
- 帰宅したらシャワーと着替え
- 症状出現の既往あるなら予防治療も

【スライド 11】

## これから犬を室内で飼う人は

- アレルギーが心配なら専門医に相談
- Can f1を出さない犬は知られていない
- できれば雌を選ぶ
- 数週間犬が家にいれば十分量のCan f1
- 現場では飼い犬を手放す人はいない
- 喘息症状が出たら治療を続ける覚悟も必要
- ダニ対策をしっかりと

【スライド 12】

## 最後に

- 犬もアレルギー症状をもつことがある
- 皮膚の赤み、かゆみ
- 異常なひっかき
- なみだ目
- くしゃみ、鼻水
- ほこり、ダニや花粉、食物が原因のことが多い

【スライド 13】