

報道関係者各位

2024年6月13日

国立成育医療研究センター

アレルギー食品であるナッツ類も離乳食初期から窒息・誤嚥なく摂取が可能  
～日本初、パウダーやペーストを用いた乳幼児研究で明らかに～

国立成育医療研究センター（所在地：東京都世田谷区大蔵、理事長：五十嵐隆）アレルギーセンターの山本貴和子、原間大輔らの研究グループは、食物アレルギーの発症予防のために、アトピー性皮膚炎の赤ちゃんに対してナッツ類を含むアレルギー食品を0歳から離乳食として早期摂取できるかを評価しました。

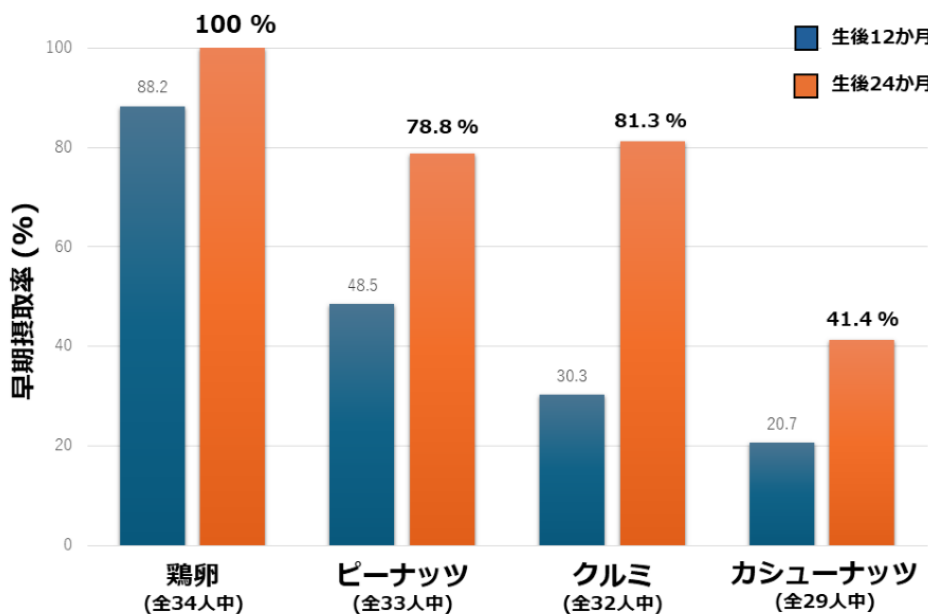
本研究では、アトピー性皮膚炎の赤ちゃん34名を対象に、卵、牛乳、小麦、ピーナッツ、クルミ、カシューナッツを生後6か月頃の離乳食初期から少量ずつ摂取することを指導しました。その際、ピーナッツやナッツ類は、窒息や誤嚥をさけるために、そのものではなく市販のパウダーやペーストを利用して離乳食に混ぜるように指導しました。

結果、2歳までには全員が卵、牛乳、小麦の摂取が可能であり、ピーナッツやクルミも窒息や誤嚥を起こすことなく約8割の乳幼児が摂取可能でした。

本研究結果は、日本における早期からのピーナッツ、ナッツ類の摂取方法の適正化を推進するとともに、今後のナッツ類アレルギーの発症予防につながる可能性があります。

本研究成果は雑誌「Nutrients」に掲載されました。

**注意：今回の結果はアレルギーの発症を防ぐ効果を示したものではありません。湿疹やアトピー性皮膚炎の既往があるお子さんは、アレルギーの原因になりやすい食品の摂取について自己判断で開始せず、必ずアレルギー専門の医師の指導の下で行ってください。**



【図1：各アレルギー食品の早期摂取成功率】

**【プレスリリースのポイント】**

- 食物アレルギーの発症リスクが高いアトピー性皮膚炎の赤ちゃんに対して、湿疹を適切にコントロールしながらナッツ類を含むアレルゲン食品を、離乳食初期から摂取するよう指導しました。
- 誤嚥や窒息のリスクが高いピーナッツやナッツ類は、市販の滑らかなパウダーやペーストの形態で離乳食に混ぜるよう伝えました。
- 2歳までに、卵は全員が摂取可能でした。以前、当センターで明らかにした鶏卵早期摂取の有効性が浸透していると考えられます。
- 一方、ピーナッツは78.8%、クルミは81.3%が摂取可能でしたが、カシューナッツは食習慣の影響や優先度の低さから41.4%とやや劣る結果でした(図1)。
- 期間を通じて、ピーナッツやナッツ類で、誤嚥や窒息は発生せず、救急受診したケースでも軽度のためアドレナリンの投与を必要としませんでした(図2)。
- ピーナッツやナッツ類も、形態を工夫することで卵や牛乳同様に安全に早期摂取を行える可能性があります。

	合計	鶏卵	ピーナッツ		クルミ		カシューナッツ	
回答があった人数	34人	34人	33人		32人		29人	
早期摂取の可否		可	不可	可	不可	可	不可	可
人数		34	7	26	6	26	17	12
窒息や誤嚥のエピソード(件)	0	0	0	0	0	0	0	0
早期摂取に関連した救急受診(件)	2	1	-	1	-	0	-	0
アドレナリンの使用(件)	0	0	0	0	0	0	0	0
何らかの食物アレルギーがある人(%)	8人 (23.5)	8人 (23.5)	1人 (14.3)	7人 (26.9)	1人 (16.7)	7人 (26.9)	4人 (23.5)	4人 (33.3)

**【図2：有害事象の発生数】**

**【背景・目的】**

ナッツ類のアレルギーは近年増加傾向にあり、アナフィラキシーなどの重篤な症状をきたすリスクも高いです。卵や牛乳は、離乳食初期から少量ずつ摂取することで、アレルギーの発症予防につながるということが、これまでの研究成果で分かっています。海外では離乳食でナッツ類やピーナッツをペーストで与えることが一般的に行われており、離乳食のガイドでも早期摂取が推奨されています。一方、日本ではピーナッツやナッツ類をそのままの状態でも乳幼児期に摂取することは誤嚥や窒息のリスクに繋がることから5歳頃まで摂取を控えることが一般的とされています。

そこで、日本における早期からのピーナッツ、ナッツ類の摂取方法の適正化を推進するため本研究を行いました。

## 【研究概要】

2020年8月から2021年2月までに当センターのアレルギーセンターに紹介されたアトピー性皮膚炎の赤ちゃん34名を対象に、卵、牛乳、小麦、ピーナッツ、クルミ、カシューナッツを生後6か月頃の離乳食初期から毎日の離乳食にパウダーまたは滑らかなペーストの形態で少量ずつ混ぜて摂取することを指導しました。なお、粒が荒くなることで窒息や誤嚥を起こさないよう、市販の滑らかな製菓材料を使用するよう指導しました。摂取については各家庭や子どもの状況に応じて任意で進める形式で、各摂取量は受診の度に確認しました。

## 【今後の展望】

日本ではナッツ類の消費量が年々増加しており、食生活も大きく変化していますが、誤嚥や窒息のリスクから離乳食のレシピにナッツ類がでてくることはほとんどありません。今後、我々は管理栄養士や患者会と一緒にナッツ類を離乳食でも安全かつ簡単に摂取できるようにレシピ開発をすすめています。

(科研費 主任研究者 大矢幸弘：ハイリスク乳児に対する食物アレルギー発症予防のための離乳食開発研究)

## 【発表論文情報】

論文タイトル: Feasibility and Safety of the Early Introduction of Allergenic Foods in Asian Infants with Eczema

著者: 原間大輔<sup>1</sup>, 齋藤麻耶子<sup>1</sup>, 濱口冴香<sup>1,2</sup>, 福家辰樹<sup>1</sup>, 大矢幸弘<sup>1</sup>, 山本貴和子<sup>1</sup>.

所属:

- 1) 国立成育医療研究センター アレルギーセンター
- 2) 東京都立広尾病院 小児科

雑誌名: Nutrients

DOI: 10.3390/nu16111578

## 【特記事項】

本研究は成育医療研究開発費によって行われました。

## 【問い合わせ先】

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター 企画戦略局 広報企画室 神田・村上

電話: 03-3416-0181 (代表) E-mail: koho@ncchd.go.jp