

花粉症のシーズン到来です。この時期、マスクが手放せないという方もいるでしょう。花粉症の症状がひどいという方は、花粉だけではなく果物や野菜にも気をつけましょう。野菜や果物を食べた後、15分以内に唇の腫れや舌・のどの痛み・かゆみを感じる人は、「**野菜・果物過敏症**」と言われる**口腔アレルギー症候群**にかかっていることがあるそうです。

花粉症を起こす花粉アレルギー(原因となる抗原)と特定の野菜、果物が持つアレルギーが共通するため、花粉症の人が野菜・果物アレルギーを起こしやすいと言われています。花粉症の原因となる花粉の種類と関係のある野菜・果物アレルギーには次のようなものがあります。



- ◆スギ・ヒノキ トマト
- ◆シラカバ ニンジン、リンゴ、サクランボ、モモ、ナシ、メロン、キウイ、クルミ
- ◆ブタクサ キュウリ、スイカ、メロン、バナナ
- ◆ヨモギ ニンジン、セロリ、リンゴ、キウイ