

《体の皮膚以外のアレルギー症状について》

前回は身体の皮膚粘膜を中心にアレルギー体質の方がどのような理由で症状として出やすいのか？を簡単に解説しました。

今回は、その皮膚以外でもしっかり反応してしまう重要なお話をさせていただきます。

それではいきましょう！

《反応を強く出してしまう免疫の正体(臓器)を知ろう！！》

人は2～3度と繰り返し抗原の侵入を許してしまうと、より速く、より強い防御対策をするようになってくるため、今までは埃っぽい所にも反応しなかった人も、次第に反応が始まり、だんだんと症状が強くなります。

それが人により、くしゃみ・鼻水、結膜炎・かゆみ、皮膚炎、喘息の増悪につながります。そして、前回の話でアレルギー体質の方は全身の粘膜で影響が出やすいと伝えましたが、全身とは身体の皮膚表面も当然ですが、喉粘膜、胃粘膜、腸粘膜も同様です。

特に腸(小腸・大腸)は粘膜を広げるとテニスコート2面分ほどあると言われて

います。という事は、皮膚からの刺激よりも断然！腸表面積が広い分、身体に大きな影響を出現させることはイメージつくかと思います。

えっ？？ちょっと待って！？

何で腸が身体に影響？腸内部の問題ではなくて？

って思いませんか？

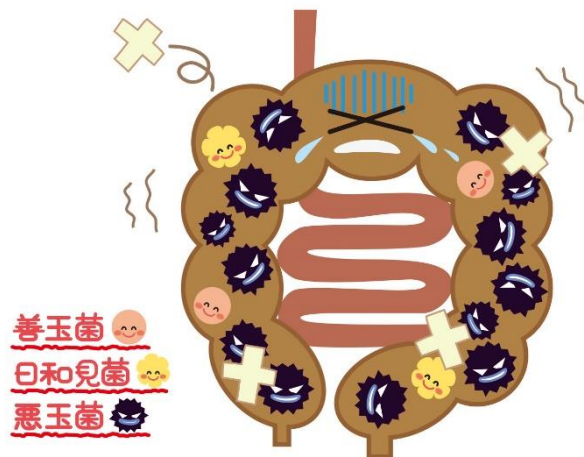
ここで、質問ですが、「脳腸相関」という言葉を聞いたことはあるでしょうか？

これは、脳と腸は情報を共有しながらどちらからも信号を送りあっているという意味になります。また腸は最大の免疫機関とも言われ、排泄や栄養を吸収するだけでなく、身体を守る大事な免疫の臓器でもあります。

では、どのような理由で異常な反応
を出現させるのでしょうか？

最初に述べたようにアレルギー体
質の方は粘膜がタンパク質として生
成されにくく、腸においても同様に細
胞間に隙間が生じ、食べ物からの成分
が柔毛（腸表面の突起のような組織で
溶けた成分を吸収）ではなく、その隙
間の腸膜に侵入することで、抗原とし
て反応しやすくなります。

そこから脳へ「異常！！危険！！」
とした情報を発信します。結果、脳から免疫を高めなさい！！といった全身指令が免疫系に
伝わるため、抗体が全身にセットされやすくなり、少ない刺激でもすぐに症状がでたり、繰
り返しに対して大きな反応が出るわけです。



いわゆるアレルギー体質の方は腸内環境が悪い状態、悪玉菌が増殖している状態に傾き
やすいことを意味しています。そのため状態に陥りやすいことを認識し、対策をとると症状
が軽減できると考えられます。

なので、よくアトピー性皮膚炎に対して腸内環境を整えましょう！発酵食品が良いです
よ！乳酸菌が豊富なヨーグルトなどが推奨されるわけです。

加えて、炎症反応を脳へ信号として送ると戦闘態勢＝交感神経が優位に傾くため、全身の血
管が縮みやすく、血行不良、更なる皮膚炎の悪化や内臓の働きを低下させてしまいます。
交感神経の働きが続くとリンパ球の抑制から身体を守る免疫が下がり、風邪なども引きや
すくなります。だから、〇〇飲料がよくテレビで「身体をまもる・受験生には大事です」な
んて宣伝するわけですね。

腸は超—————大事なんですねー(^▽^)/（４６歳ギャグです）

《まとめ》

今回は身体の皮膚以外のアレルギー症状は身体内部の粘膜、特に腸の重要性についてお
話をさせて頂きました。どうでしたか？胃腸は大事、腸内環境を整えましょう！と言葉では
聞いていてもなんで？という理由まではなかなか知らなかったのではないのでしょうか？

この情報からも特にアレルギー症状を抱えて困っている方は表面の皮膚や目・鼻・口を意識
してコントロールだけではダメなんだな！！っと意識が変わってきたのではないでしょう

か？

症状がまだ軽めの方はさほど気にならないかもしれませんが、重度な症状がある方にとっては、まだやれることがある！！この情報は画期的だ！！と心躍る内容だと思いますよ。少しでもやれることがあるのはうれしいことです。是非この情報をうまく活用してみてください。

次回も、症状の解説や当院でやっていく身体治療とアレルギー体質改善の関係性を段階おって説明していきますね。

また、より早く知りたい、改善したい方は是非当院へお越しくださいませ。お話だけでもかまいません。アレルギーを改善するすべを語りましょう。

最後までお読み頂きありがとうございました。

Re.らいと 院長 沖縄そば大好き 真栄田健人