



健やか豆知識

第27回

Q. パンケーキ症候群の 予防として最も効果的なのは？

- I 調理粉の使い残しは、
密封し、暗い場所で
保存する
- II 調理粉の使い残しを
使用する際は、
しっかりと加熱する
- III 調理粉の使い残しは、
冷蔵庫で保存し、
早めに使い切る



高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

守っていますか？調理粉の保存方法

「パンケーキ症候群」という言葉を耳にしたことはありますか。これは自宅での調理粉を台所で保管すると中に侵入したダニが繁殖し、その粉で調理した料理を食べてアレルギー症状を起こすことです。欧米ではパンケーキミックスが原因で起こることが多いため、パンケーキ症候群と呼ばれるようになりました。別名「経口ダニアナフィラキシー」と呼ばれ、日本では、数カ月室温保存しておいた使いかけの調理粉を使ってつくったお好み焼きやたこ焼きによる発症が多くみられます。

粉製品を食べてから発症するので、小麦アレルギーと間違えられることが多いです。食べてから30分以内に皮膚粘膜が赤く腫れる、息苦しい、動悸、お腹が痛い、気分が悪くなる、吐くなどの症状が現れます。その場合はすぐに救急車を呼んでください。ダニアレルギー体質の方に起こる病気ですが、喘息を持っている人は発作による呼吸困難も生じやすく、速やかな対応が必要です。もし料理が残っていれば、捨てずに冷蔵庫で保管し、後日受診時に持って行きましょう。顕微鏡で調べるとダニが見つかります。

パンケーキ症候群の予防は、「調理粉の使い残しは冷蔵庫で保存し、早目に使い切る」ことです。ダニはさまざまな食材の成分が入った調理粉を好み、わずかな隙間から侵入し、長期間室温に置くと大量に繁殖します。たとえ十分に加熱しても、ダニの死骸や排泄物などがアレルギーとなり、アレルギー症状が出ます。袋に書かれた保存方法「開封後冷蔵保存」を着実に守ることが大切です。

監修 山口 正雄 帝京大学ちば総合医療センター
第三内科(呼吸器)教授

さらに詳しい情報は
ホームページで!



⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください。