

## Prevention of Food Allergy: Recent Advances

서울대학교 의과대학

민 경 업

미국과 유럽에서는 최근 30년간 소아에서 음식물알레르기가 증가하고 있으며 이 같은 경향은 그동안 증가해 왔던 호흡기알레르기가 정체를 이루고 있는 현상과 대비되고 있다. 음식물 알레르기 중에서 땅콩에 대한 알레르기가 주목을 받고 있는데 심한 아나필락시스로 치명적인 증상을 일으키며 자연적인 관해는 거의 이루어지지 않는다. 가끔 폐쇄된 공간인 비행기 안에서 간식용 땅콩에 의한 아나필락시스로 승객과 항공사간에 법정소송전에 이르는 경우도 있다.

미국에서 음식물알레르기가 증가하는 한가지 원인으로 지목되는 것은 이유식을 늦추도록 권장한 식이 가이드라인을 지적하고 있다. 1960년대까지 영유아의 이유식은 3개월 정도에 시작하며 6개월 정도에는 다양한 음식을 섭취하는 것이 보편적이었으나 글루텐이 소아지방병증(coeliac disease)의 원인으로 밝혀지면서 이유식을 늦추도록 권장되었는데, 음식물알레르기도 예방할 수 있다는 연구와 결합되어 우유, 달걀, 땅콩, 견과 등 음식물 알레르기 원인음식의 섭취시기도 점차 늦추어졌다.

21세기에 들어와 역학조사 결과 소아에서 음식물알레르기의 빈도가 증가하는 경향을 보였으며 영유아기의 늦은 이유식과 관련성이 발표되었다. 이러한 관련성을 증명하기 위해서 무작위임상시험이 시행되었고 땅콩연구에서 명백한 관련성이 증명되었으며 땅콩 섭취에 대한 가이드라인이 급히 변경되었다.

계란, 우유, 밀, 생선 등 다른 음식에 대한 연구도 발표되었으나 땅콩에 대한 연구만큼 명확한 결과가 도출되지는 못하였으며 섭취시기, 섭취량, 환경 등의 요인이 음식물 알레르기의 예방효과에 영향을 미치는 것으로 생각되고 있다. 이유식의 시기를 앞당김으로써 음식물알레르기의 발생빈도가 감소되는지 역학연구는 아직 발표되지 않았으나 아마도 1960년대의 수준으로 점차 회복될 것으로 추측된다. 그동안의 소동으로 음식물알레르기의 발병에서 영유아기 면역관용 (immune tolerance)의 역할에 대한 지견을 얻었음이 소득일 것이다.