

# 식품 알레르기 바로 알기



★ **알레르기정보** ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 등의 알레르기 유발식품을 학교게시판, 홈페이지에 표시하였습니다. 해당식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

## 식품 알레르기란?



일반인에게는 무해한 식품을 특정인이 섭취하였을 때 해당 식품에 대해 두드러기, 가려움 등 과도한 면역반응이 일어나는 것을 말합니다.

## 식품 알레르기는 왜 발생할까?

유전적 요인



환경적 요인



실내 공기 내  
식품항원의 존재



섭취  
패턴의 변화



기타  
환경적 변화

## 식품 알레르기 주요 증상

식품 알레르기는 특정 음식을 섭취하거나 접촉 할때마다 피부, 호흡기, 순환기 등 다양한 기관을 통해 증상이 나타납니다. **원인식품의 섭취량과는 관계가 없어** 극소량을 먹더라도 증상이 심할 경우 생명에 위협이 될 수 있습니다.

### 피부

두드러기

혈관부종

아토피  
피부염

소양성  
피부염



### 위장관

구토 설사 복통



### 호흡기



천식

비염

### 전신적 및 기타

심혈관계

구강  
알레르기  
증후군

아나팔락시스

신경계





## 식품 알레르기 원인 식품

한국인에게 알레르기를 유발할 수 있는 물질을 식품의약품 안전처에서는 「식품등의 표시기준」에 21가지를 지정하여 관리하고 있습니다.



메밀



밀



대두



견과류



복숭아



토마토



난류



우유



육류



갑각류



고등어



오징어



조개류



굴, 전복, 홍합



아황산  
포함식품

## 식품 알레르기 표시 확인방법

식품 선택 시 알레르기 유발물질 표시를  
확인 후 구매하세요!

유통기한: 후면 표기일까지 • 식품의 유형: 과자(유처리 제품)  
원재료명 및 원산지: 소맥분(밀; 미국산), 미강유(태국산), 맛소금, 조미분말(옥수수전분(옥수수; 수입산), 감자전분(독일산), 천일염(신안군), 새우추출물분말, 새우, 팥유, 옥수수전분, 새우, 염미시즈닝(볶음천일염(신안군)) **밀, 새우, 대두, 우유 함유**  
특정성분함량 및 원산지: 생새우 8.5%(국산), DHA 9.0 mg



식약처에서 고시된 알레르기 의무표시제로  
우유, 대두 등 21가지 원재료가 포함되는 경우  
테두리 등으로 구분한 별도의 알레르기  
표시란에 알레르기 유발물질이 표시되어 있습니다.

폴리에틸렌(내면) • 부정 • 불량식품 신고는 국번없이  
1399 • 이 제품은 우유, 대두, 밀, 새우, 토마토를  
사용한 제품과 같은 제조 시설에서 제조하고 있습니다.



같은 제조시설에서 알레르기를 유발시킬 수 있는  
제품이 생산되어 교차오염(cross-contamination)의  
가능성이 있음을 알리는 정보로 소비자에게  
알레르기 반응이 일어날 수 있는 것을 의미합니다.



## 식품 알레르기 안전수칙

네, 새우가 들어갑니다!  
새우는 빼드릴까요?



파스타에 새우가  
들어가나요?



네, 감사합니다!

식당에서 음식을 주문 할 때에는 본인이 해당하는  
식품 알레르기 원인 식품이 들어가는지 확인 후  
직원에게 요청해주세요.



식사 전, 후에는 손을  
깨끗이 씻어주세요.

이 제품은 우유, 새우 성분을  
사용한 제품과 같은 제조시설에서  
제조하고 있습니다.



제품 구입 시 알레르기 유발식품  
표시사항을 확인하세요.



본인이 해당하는 알레르기 원인  
식품은 섭취를 제한하세요.



만일 해당하는 알레르기 원인  
식품을 먹고 급성 증상이  
발생했을 경우 병원에서  
약물 치료를 받아야 합니다.

알레르기 유발가능 식품이라고 해서  
전문의를 정확한 진단 없이 임의로 식품을  
제한해서는 안 됩니다!

