

# 花粉症

スギ花粉の本格的な飛散時期が到来。猛暑の影響で、関東地方での花粉飛散量は、昨年のおおくとも5倍以上と見込まれています。いまや日本人の20%近くが花粉症と言われており、心配な方も多いのではないでしようか。

## 花粉症とは・・・

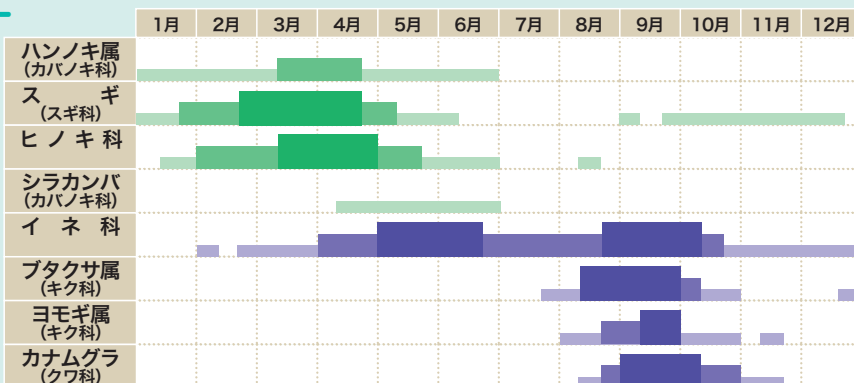
植物の花粉によって引き起こされるアレルギー、すなわち異物(花粉)に対する過剰な免疫反応(花粉を体内から排除しようとする反応)による症候群です。この反応が、鼻の症状(くしゃみ、鼻水、鼻づまり)や目の症状(かゆみ、涙)を引き起こすのです。免疫は異物(例えば、かぜのウイルス)排除のため体には必要な反応ですから、体が花粉を異物と認識して一度発症してしまうと、自然治癒は期待できません。

## ●主な原因植物の花粉カレンダー

### 【関東地域】

代表的なスギ花粉のほか、ヒノキ、イネ科、キク科の植物(ブタクサ)など数十種類が知られています。

木本の花粉凡例:	草本の花粉凡例:
0.1~5.0個/cm <sup>2</sup> /10日	0.05~1.0個/cm <sup>2</sup> /10日
5.1~50.0個/cm <sup>2</sup> /10日	1.1~5.0個/cm <sup>2</sup> /10日
50.1~個/cm <sup>2</sup> /10日	5.1~個/cm <sup>2</sup> /10日



鼻アレルギー診療ガイドライン2009、主な花粉症原因植物の開花期花粉捕集期間(開花時期)より

## ●診断方法

問診(症状、季節性、アレルギーの既往歴、家族歴など)のほか、血中特異的IgE、皮膚テスト、鼻汁好酸球検査などを用いて行います。くしゃみ・鼻水と鼻づまりの程度で、病型、重症度分類が決まります。

## ●治療方法

### 1. 治療の根本！原因物質(花粉)の除去と回避

- ①花粉情報に注意する(テレビなどの天気予報やウェブサイトの情報など)
- ②飛散の多いときは外出を控え、外出時にはマスク、メガネを使用する
- ③飛散の多いときは窓や戸は閉めておき布団・洗濯物も外に干すのは避ける
- ④外出時、毛織物のコートなど花粉の付きやすいものは避け、帰宅時は上着、髪をはらう
- ⑤洗顔、うがいをし、鼻をかむ
- ⑥掃除を励行する

### 2. 薬物療法

病型や重症度により内服治療と局所治療(点鼻薬と点眼薬)を使い分けます。

薬剤によっては効果が出るまでに時間がかかるものもあります。重症な人ほど、早めの初期療法が大切です。

### 3. 手術療法(レーザー手術、鼻腔整復術、神経切断術など)

鼻症状の場合、この治療が行われることもありますが、効果に個人差があり、また持続性に問題があるようです。

### 4. 特異的免疫療法(原因物質を皮内注射していく治療法)

免疫反応を弱くしていく治療法で、唯一花粉症の根治が期待されるものです。

ただし、まれながらショック症状を起こす可能性があり、長期間(2~3年)の治療期間が必要となります。

内科医長

清水 史郎

富山医科薬科大学1995年卒業、医学博士

まずは、ご自分でできる花粉の除去と回避を行ってみましょう。

症状でお困りの方は、当院へご相談ください。

### ご予約方法

電話予約 **04-7123-5901**

月曜日~土曜日 9:00~16:00 ただし、祝日および病院指定休診日を除く

**kikkoman**

キッコマン総合病院

〒278-0005 千葉県野田市宮崎100  
電話04(7123)5911(代) FAX 04(7123)5920  
<http://hospital.kikkoman.co.jp/>