

日本人の約10%、地域によっては20%が花粉症患者と推定され、その数は年々増加傾向にあります。花粉症という名称は、スギ花粉の別称のように使用されますが、スギ以外にも花粉症の原因となる花粉が存在します。

その代表的なものはスギ花粉症に引きつづき3月中旬から4月にかけて発症するヒノキ、5月から7月初旬は、カモガヤ、ハルガヤなどのイネ科植物、8月下旬から10月は、ブタクサ、ヨモギなどのキク科植物です。

花粉症は、鼻アレルギーの中の季節性アレルギーに分類され、一年のうちある季節のみに症状が出現します。これに対して、ハウス

ダストやダニなど一年中存在するものが原因となる通年性アレルギーがあります。今回は、特に患者さんが多く注目されているスギ花粉症についてお話しします。

スギ花粉症は、アレルギー体質の人の鼻腔に繰り返しスギ花粉(抗原)が吸入されると、免疫細胞で抗体が産生されるこ

花粉症について

金崎耳鼻咽喉科

院長 金崎幹人

とに始まります。

この抗体が鼻粘膜の肥満細胞などに固着することとで、スギ花粉(抗原)に対して感作されたことになりす。この状態でスギ花粉が吸入され、抗体と結合しアレルギー反応がおこり症状が出現します。症状は、水様性鼻汁(鼻水)、発作性くしゃみ(くり返すくしゃみ)

鼻閉(鼻づまり)が主なもので、目のかゆみや異物感、のどのかゆみや異物感、さらに頭痛などです。

これらは、風邪の初期症状と似ているためにスギ花粉症と考えずに、風邪として治療されることがあります。

花粉症を診断するには、症状などの問診、鼻腔内

の所見、簡単なアレルギー検査が必要です。

スギ花粉症の治療ですが、花粉を吸入しないようにする事が一番ですが、花粉をまったく吸入しない事は不可能です。したがって、抗アレルギー剤といわれる内服薬、または点鼻薬を使用する事になります。

- 最近では、初期療法と
- いつて症状が出る前から内服薬を使用する事で症状を軽くする事ができますので、耳鼻科専門医に相談される事をおすすめします。
- 最後にスギ花粉を回避するための要点をお話しておきます。
- (1)花粉情報に注意する。
 - (2)花粉が多い気温が高く風の強い日の外出を控え、窓やドアを閉めておく。
 - (3)外出時には、花粉の付着しやすいウールの衣類を避け帽子や眼鏡、マスクをする。
 - (4)帰宅時には衣服に付着した花粉をよく払ってから家に入り、洗顔、うがいをして鼻をかむこと。
 - (5)洗濯物は、屋外に干さない様にし、もし干した場合には取り込む前によくはたいて花粉を落とすこと。