



花粉症

★スギ花粉症増加の原因は？

スギ花粉症増加の原因として、スギ花粉数の増加、大気汚染、食生活の変化によるアレルギー素因に対する影響などが考えられています。

★花粉症の症状と検査

花粉は日の出とともに飛び始めるので、早朝から症状が現れます。鼻の粘膜へ花粉が接触すると数分以内にムズムズかゆくなり、ついで激しくくしゃみ無色で糸を引くような鼻汁が大量に分泌されます。やがて鼻づまりとなり、口呼吸せざるを得なくなります。その結果元々喘息のある人は発作を起こすこともあります。耳の症状として、耳管がむくむと耳が聞こえにくくなり、目の症状として、かゆみ、充血、涙目、まぶしさなどがあり、時に結膜がゼリーのようにむくんでしまうこともあります。喉もかゆくて咳となり、胃の不快感や下痢を起こすこともあります。目や鼻の症状が続くと頭重感や全身倦怠感、食欲不振、熱感を伴うこともありますが、高熱が出ることは少ないようです。アトピー性皮膚炎の患者さんでは、鼻や目の症状が無くても花粉の時期に湿疹が悪化することがよくあります。

症状から花粉症の診断は容易ですが、確定する為には、鼻汁結膜中の好酸球検査、花粉エキスによる皮膚テスト、花粉に対する特異的IgE抗体検査、誘発テストなどがあります。

★花粉症の治療

花粉症治療の薬物療法には予防的な治療と対症療法的な治療の2つがあります。

☆予防的な治療

抗アレルギー薬：局所治療には点鼻点眼薬があり、軽症ではこれら単独でも効果があります。

内服には、抗アレルギー薬を花粉飛散開始予定日の2～4週前から内服することにより、花粉症の症状発現を予防ないしは軽症に抑えることができます。

☆対症療法的な治療

ステロイド剤：局所用ステロイド剤には点眼用点鼻用があります。吸収されにくいので全身への影響が少なく、症状の強い時には有効です。しかし局所の副作用にも注意が必要で、一般的には症状が軽快したら局所の抗アレルギー薬に変更していくことが望まれます。ステロイド剤の内服は著効を示しますが、副腎皮質機能が抑制することもあり、あまり用いられません。ステロイド剤の筋肉注射は原則行いません。

抗ヒスタミン剤：抗ヒスタミン剤の内服は即効性があり、くしゃみ鼻汁かゆみには有効ですが、鼻づまりにはあまり効果がないのと、副作用として眠気を伴う事があるので注意が必要です。

花粉症の治療は、花粉抗原との接触を避けることが一番ですが、実際にはなかなか難しいものです。花粉用マスク、メガネ、空気清浄器の使用、布団や洗濯物は外に干さない、花粉の多い日の外出は避ける、外から帰った時は花粉を払い落とし、すぐに手洗いうがいをし、できれば顔を洗ったりすぐに入浴をするなど、自分でできる事からやってみましょう。