

Q1 花粉症になりやすい人は？

花粉症発症のメカニズム



A 花粉を敵だと見なしてしまう体質の人です。

花粉症を発症している人や、今後花粉症を発症する可能性のある人は、花粉に対するアレルギー反応を引き起こすIgE抗体をつくる体質の人です。

本来なら有害ではない花粉が体内に入ってきた時に敵だと判断されてしまうと、それに対抗

するために、花粉が体内に入るたびにIgE抗体がつくられ、目や鼻の粘膜にある、アレルギー反応にかかわる肥満細胞[※]と結合していきます。IgE抗体がどんどん蓄積して一定量を超えると、肥満細胞は花粉を排出しようと、粘膜を刺激するヒスタミンやロイコトリエンなどの化学伝達物質を放出。目や鼻の

粘膜がこれらに反応して、花粉症の症状が現れます。

今は花粉症を発症していても、血液検査で花粉に反応するIgE抗体が陽性であれば、花粉症になる可能性があります。

このタイプの人は体内に入る花粉の数が多いほど発症する可能性が高くなるため、花粉を取り込まないことが大切です。

※ヒスタミンをはじめとした化学伝達物質を蓄えて膨らんでいる細胞。

早めのケアで快適に

花粉症

花粉症の症状は、現れたらすぐに薬を服用することで軽く抑えることができます。症状が強い場合は病院での治療も検討しましょう。根治が見込める舌下免疫療法もあります。



菅野澄雄先生

菅野耳鼻咽喉科院長

すがの・すみお 1986年聖マリアンナ医科大学卒業。国家公務員共済組合連合会稲田登戸病院、聖マリアンナ医科大学東横病院、国立がんセンター研究所、横浜総合病院部長などを経て、96年より現職。04年医療法人社団菅野会を創設し、理事長に就任。医学博士。日本耳鼻咽喉科学会認定専門医。



Q3 病院での治療法は？

病院での治療法

▼処方薬



▼レーザー治療



▼舌下免疫療法



子どもの舌下免疫療法

舌下免疫療法は12歳以上が対象です。中学生や高校生は部活や受験などで忙しく、毎月病院に通いにくいこともあるでしょう。しかし、この時期に頑張つて根治できれば、将来、花粉症の悩みが少なくなるという利点があります。

A 処方薬、レーザー治療、舌下免疫療法などです。病院では、鼻の中を診察したり、採血によるアレルギー検査を行ったりします。そして、これまでのんだ薬の履歴や抑えたい症状などを聞いた上で、その人に合った薬を処方します。さらに症状が強い場合は、鼻の粘膜の一部をレーザーで焼く手術を行うこともあります。

これらはいずれも対症療法ですが、根治治療として、舌下免疫療法があります。アレルギーを引き起こすスギ花粉のエキスを毎日少量ずつ体内に投与し、体がスギ花粉に過剰に反応しないように免疫システムを変えていくもので、2014年より保険適用になりました。3〜5年かかる治療ですが、8割以上の人に効果が見られるといわれ

ています。舌下免疫療法は、月に一度は受診が必要で、時間と手間がかかりますが、将来、対症療法の薬を使わずに花粉シーズンを乗り切ることを目標に治療を行っていることも一案です。しかし、人によってはこの免疫療法が合わないに、症状の緩和が望めない場合もあることを知っておきましょう。

Q2 花粉がたくさん飛ぶ時期は？

A 2月に入ってから ゴールデンウィークまで

スギ花粉が飛ぶ時期は、地域によって異なります。関東地方であれば、2月から4月の終わり頃までが目安です。しかし年明けの気温が高い場合は2月に入る前に花粉が飛散することがあります。

また、スギ花粉症の人はヒノキ花粉にも反応する傾向があります。ヒノキ花粉の飛散が終わる頃まで対策を続けるようにしましょう。

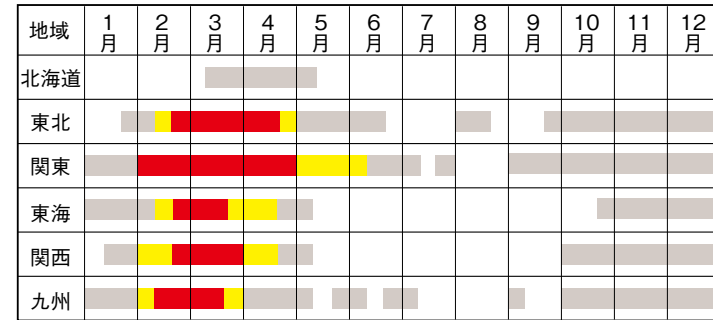
花粉症の症状が少しでも現れたら、すぐに薬を服用することで、症状を軽く抑えられます。最近では眠気の副作用が少ない「第2世代抗ヒスタミン薬」が市販されています。また、目のか

ゆみを緩和する点眼薬、鼻に直接作用して鼻づまりなどの鼻症状を緩和する点鼻薬などを、花

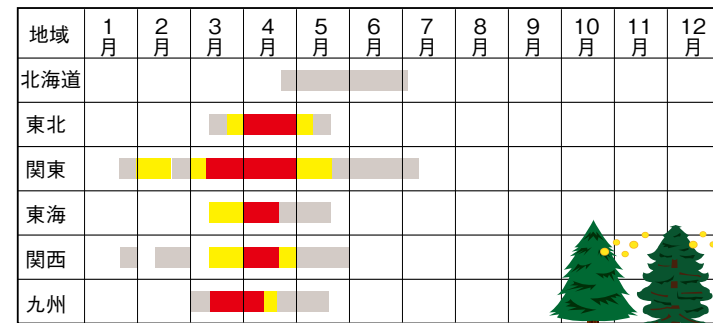
粉が飛び始める前から準備し、すぐに使用できるようにしておきましょう。

花粉の飛散量の変化

スギ



ヒノキ



■ 0.1～5.0個/cm³/日 ■ 5.1～50.0個/cm³/日 ■ 50.1～個/cm³/日

鼻アレルギー診療ガイドライン2016年版より（一部改変）

