

ご自由にお持ちください

社会医療法人大雄会 広報誌

つながる医療

大雄会の専門家に
聞いてみよう！

花粉症

について

よしおか

まりこ

吉岡 真理子

社会医療法人大雄会
耳鼻いんこう科 診療部長



花粉症について

鼻がつまってムズムズ、鼻水がたたり、目がかゆい…。みなさん花粉症に悩まされていませんか？
花粉症の正体は、花粉に対して人間の体が起こすアレルギー反応です。体の免疫反応が、花粉に過剰に反応して、鼻水や鼻づまりなど、花粉症の症状が出るのです。
今回は花粉症について、社会医療法人大雄会 耳鼻いんこう科の吉岡真理子医師が解説します。

花粉症とはどんな病気ですか？

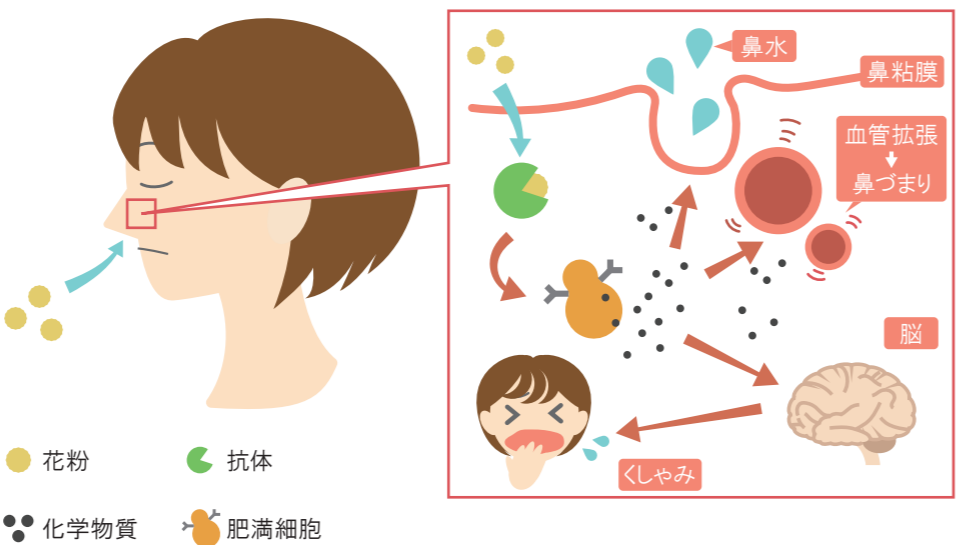
鼻粘膜にスギ花粉などの「抗原」が付着すると、その抗原のみに反応する「抗体」が作られます。この「抗原」と「抗体」が、アレルギー反応を起こす「肥満細胞」に結合すると、ヒスタミン、ロイコトリエンなどの化学物質が放出されます。

これらの化学物質は、血管を拡張させて鼻づまりを起したり、鼻水を出させたり、神経から脳に働きかけてくしゃみを引き起こしたりします。

花粉症の三大症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりです。その他にも目のかゆみ、体のだるさ、湿疹、耳やのどのかゆみなどがあります。

スギ花粉症の有病率は1998年は16.2%でしたが、2019年には38.8%と増加しています。(鼻アレルギー診療ガイドライン2023より)

花粉症のメカニズム



スギ花粉症の人が増加した原因はなんですか？

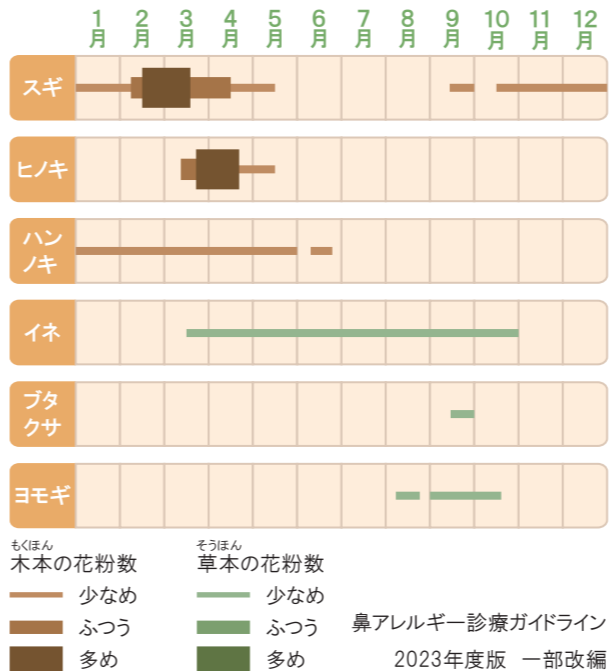
戦後に日本中でスギの植林が増えました。現在は国土の約12%がスギ林であるといわれています。そのスギが育ち、急速に花粉の飛散が増えたこと、および大気汚染などの環境が悪化したことが、スギ花粉症が増加した原因といわれています。

花粉症の時期について

教えてください

左図は東海地方の花粉症の時期になります。スギ花粉症のうち、およそ7割の方がヒノキ花粉症も発症しています。

また、東海地方の草本花粉は他の地方に比べ少なめの傾向です。



花粉症を防ぐには どうしたらいいですか？

花粉を回避することが大切です。

- ① 花粉情報に注意する
 - ② 表面が毛羽立ったウールのコートなどの使用を避ける
 - ③ 帰宅したら衣服や髪をよく払ってから入室し、洗顔、うがいをする
 - ④ 部屋の掃除をする
 - ⑤ 規則正しい生活をし、ストレスを溜めないようにする
- 花粉の飛散が多い時はできるだけ外出を控え、窓や戸を閉めて、布団や洗濯物の外干しを避けましょう。どうしても外出が必要な場合は、マスクや眼鏡を着用しましょう。

花粉症のお薬には どんなものがありますか？

花粉症に使われる薬には、花粉症の原因となるヒスタミンなどの発生や働きを抑える薬や、目や鼻などの炎症を直接抑える薬が使用されます。また、症状に応じて、飲み薬や目薬、点鼻薬を使い分けたり併用したりします。

飲み薬には、花粉が飛び出す2〜3週間

前から予防的に始める抗アレルギー薬、症状が出たときや症状が良くなった状態を維持するときに使う抗ヒスタミン薬、症状が強いときに使うステロイド薬があります。

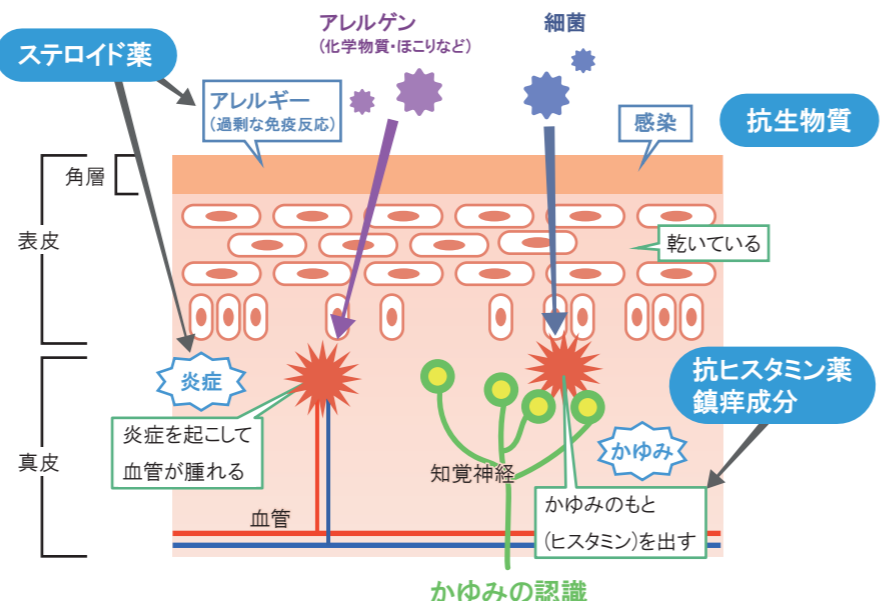
また、目・鼻には、飲み薬と同じ効果のある抗アレルギー薬・抗ヒスタミン薬・ステロイド薬のほか、目の充血や鼻づまりを緩和する血管収縮剤が単独または併用で使われます。

お薬によっては眠気を催すことがあるので、車の運転等には注意してください。緑内障や前立腺に疾患をお持ちの方はお使いになれない薬があります。

また、鼻づまりを緩和する血管収縮剤の点鼻薬は、よく効くからと安易に連用すると、動悸や頭痛といった全身性の副作用が起こりますので注意してください。

何か気になる事があれば医師、薬剤師等に相談してください。

抗アレルギー薬の仕組み



お薬他には どんな治療がありますか？

花粉症に対して、当院では薬による治療のほか、免疫療法、レーザー焼灼手術などを行っています。

免疫療法は、スギ花粉エキスの入った錠剤を1日1回服用することで、体質を根本的に改善させる治療法です。約8割の方に効果があります。治療期間は3〜5年と長期になりますが、大きな副作用は稀で、お子さ

花粉症レーザー焼灼術の手順

1

麻酔薬をひたした
ガーゼを鼻につめて
しばらく待つ

約10分

2

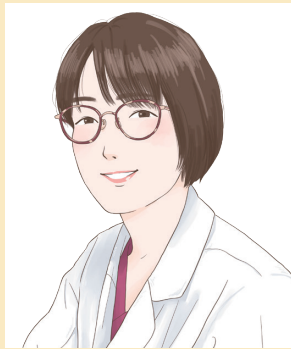
鼻の穴にレーザーを
照射する

2~3分

痛みはほとんどありません。副作用もなく、手術時間も短いので、体への負担も少なく済みます。



んにも服用いただけます。
手術による治療では、レーザー焼灼術、鼻粘膜を切除する治療などがあります。レーザー焼灼術は花の中の粘膜をレーザーで焼く事で、アレルギー反応を抑える手術です。当院ではCO₂レーザーを使用しており、外來にて短時間で行えます。
この治療は、花粉症の鼻症状全般に効果がありますが、主に鼻づまりの強い人に効果が得られます。効果には個人差がありますが1年ほど有効で、永久的ではありません。
花粉が飛散する季節の前に行っておけば、花粉症の季節が来ても快適に過ごすことができます。



【監修】

社会医療法人大雄会
耳鼻いんこう科
診療部長

よしおか まりこ

吉岡 真理子

〈主な資格〉

日本耳鼻咽喉科学会 耳鼻咽喉科専門医

〈主な専門領域〉

耳鼻咽喉科一般



CO₂レーザー

施設紹介

総合大雄会病院

〒491-8551 一宮市桜1丁目9番9号
☎0586-72-1211(代)

大雄会クリニック

〒491-8551 一宮市大江1丁目3番2号
☎0586-72-1211(代)

大雄会第一病院

〒491-8551 一宮市羽衣1丁目6番12号
☎0586-72-1211(代) / 健診センター☎0586-26-2008(直通)

大雄会ルーセントクリニック

〒451-6003 名古屋市西区牛島町6番1号
名古屋ルーセントタワー 3F ルーセント・ウェルネスセンター内
健診センター(フリーコール)☎0800-500-1211 / 外來☎052-569-6031(代)



YouTube
はこちら



Facebook
はこちら



Instagram
はこちら



大雄会
HPはこちら



続く挑戦、未来をつむぐ。



社会医療法人
大雄会

だいゆうかい

検索

企画・発行：社会医療法人大雄会 広報課

☎ 0586-24-2565 ☑ pr1@daiyukai.or.jp