

## 花粉症

( 1 )

2002.1.28発行

平素より当クリニックをご利用いただきありがとうございます。

さて、このたびクリニックかわら版という情報紙を作成いたしました。私の専門であるアレルギー疾患・呼吸器疾患を中心として色々な病気の解説等を定期的に行う予定です。まず第1回目は、まもなくシーズンを迎える花粉症についてです。不明な点がありましたら、お気軽にお尋ねください。

院長 大崎緑男

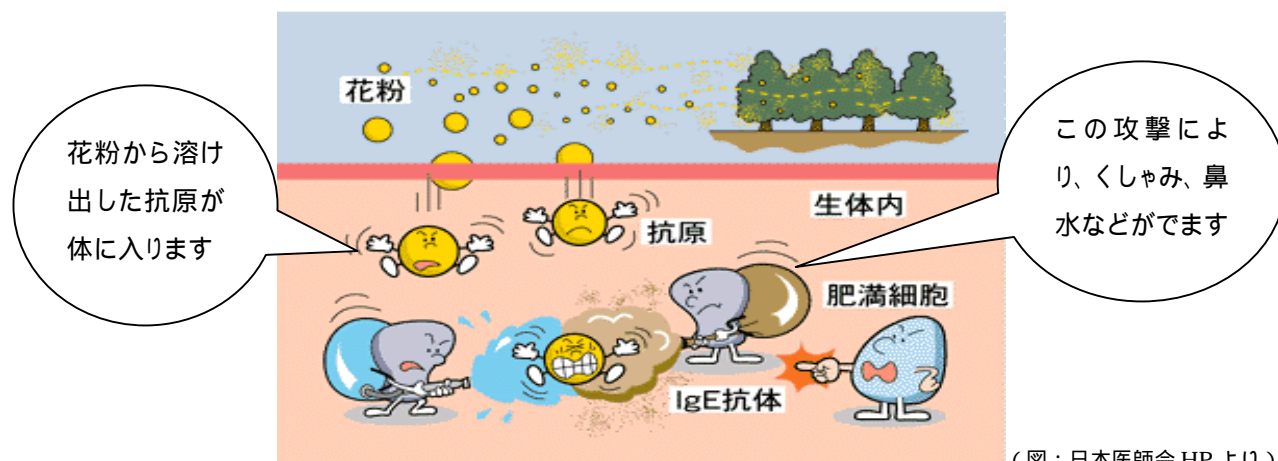
### 1. 花粉症とは

植物の花粉が原因で、くしゃみ、鼻水（水性鼻汁）、鼻づまり、目のかゆみなどの症状を起こす病気を花粉症（花粉によるアレルギー性鼻炎）といいます。代表的なものがスギ花粉症です。

花粉症の患者さんは年々増加傾向にあり、日本人の約1割が花粉症だといわれています。

### 2. 花粉症はこうして起こる

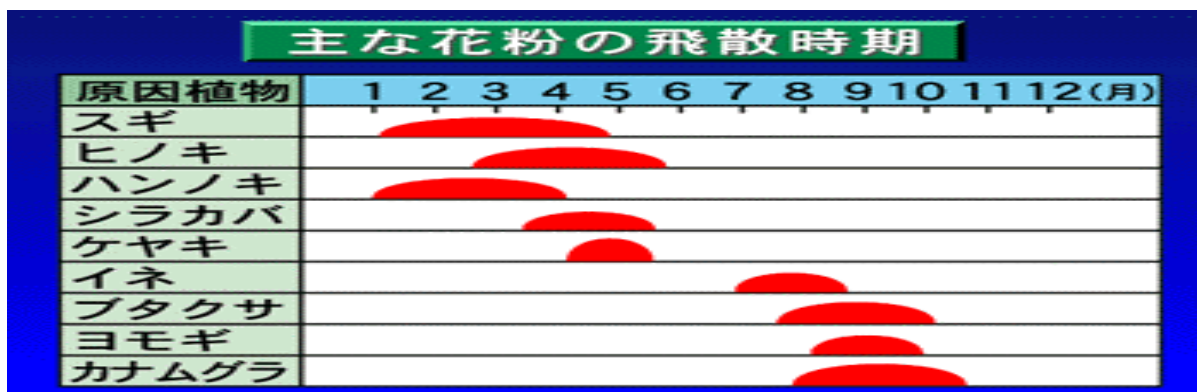
スギなどの花粉が、鼻のなかに吸い込まれるとアレルギーを起こす物質である抗原（アレルゲン）が花粉から溶け出します。この抗原をやっつけるために、人間は体のなかで抗体というものを作り出します。抗体は肥満細胞と呼ばれる細胞に乗って、抗原が体に侵入すると出撃します。そして、抗原を捕まえます。このときに、肥満細胞からヒスタミンなどいくつかの物質が放出されます。ヒスタミンなどの物質が神経を刺激することで、くしゃみが起きたり、鼻水が流れたりして、抗原を体の外へ追い出すのです。鼻の血管は刺激を受けて鼻づまりを起こし、抗原（花粉）を含んだ空気を入りにくくするのです。眼についた花粉も同じような体の働きで、涙によって花粉を洗い出そうとします。こうした一連の抗原と抗体による反応をアレルギー反応と呼びます。アレルギー反応は、異物が体に入るのを防ぐ、人の体に備った防御システムなのです。昨年まで大丈夫だった人でも、今年から症状が出現することがあります。また、一度花粉症になると、翌年以降、季節の到来とともに再び症状が出現します。ただし、このアレルギー反応には個人差があるので、全ての人が花粉症になるわけではありません。



(図：日本医師会 HP より)

### 3. 花粉症はスギだけではない

花粉症の原因となるのはスギの花粉ばかりではありません。国内ではスギ以外に、イネ科、ブタクサの花粉症の方が多いです。主な花粉の飛散時期を示します。ご自身の原因抗原を考える参考にしてください。



(表：日本医師会 HP より)

### 4. 一年中症状のある人は

花粉の飛ばない季節なのに、同じようなアレルギー症状を訴える人もいます。このような人の多くでは、部屋の中のほこり(ハウスダスト)、ダニ、真菌などが原因(抗原)となっています。

### 5. 当クリニックで行っている検査

**鼻汁中好酸球検査**：鼻水に含まれる好酸球の数を調べる検査です。好酸球は白血球の一種でアレルギー反応が起こっている場所にたくさん集まってきます。鼻水を採取するだけの簡単な検査です。鼻かぜと区別するのに有用な検査です。

**血清抗体検査 (RAST 法)**：血液を採って調べる検査です。スギやブタクサ等の抗原に反応する抗体が存在するかを調べます。原因抗原を明らかにするのに有用な検査です。

### 6. 治療について

当クリニックでは、内服薬(抗アレルギー剤、漢方薬)、点鼻薬(抗アレルギー剤、ステロイド剤)、点眼薬(抗アレルギー剤、ステロイド剤)を用いた治療を行っています。鼻水がひどい人、鼻づまりがひどい人など、それぞれの症状にあわせたオーダーメイドの治療薬を選択して治療を行うようにしております。また、例年花粉症でお悩みの方は花粉飛散の2週間前からの治療をお勧めします。

### 7. 日常生活で気をつけること

1. 花粉飛散情報に気をつける(たくさん飛散する日には完全防備しましょう)。
2. メガネ、マスクでガードする。
3. 洗濯物やふとんを外に干さない。
4. 花粉のつきやすい衣服(ウール等)をさける。
5. 帰宅したら衣服をはたく。
6. 外出後にはうがいや洗顔・シャンプーをする。
7. 窓やドアを開けっ放しにしない。
8. こまめに掃除をする。

