

花粉症 症状に合う治療を

花粉を吸い込むことでアレルギー症状を起す病気が花粉症です。くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの鼻症状の他に眼や皮膚のかゆみ、下痢などの症状を伴うこともあります。

花粉症の原因となる植物にはイネ科カモガヤやキク科ブタクサ、ヨモギなどがありますが、最も多くの人を悩ませているのがスギ・ヒノキ花粉症です。2019年の全国調査で

は日本人の約4割がスギ花粉症と報告されており、今や国民病の感があります。以前は10歳以上に要注意と考えられていましたが、最近では低年齢化が進み、10歳未満の約3人に1人がスギ花粉症と報告されています。

スギ花粉の飛散は、熊本県内では例年2月の第2週頃から始まり、2月下旬～3月上旬に最盛期を迎え、4月中旬頃に収束します。一方、ヒノキ花粉はスギより約1カ月遅れて飛散が始まり、4月末、時には5月上旬まで飛散が続きます。

スギとヒノキはアレルギーを起こす成分に共通性があり、スギ花粉症の方の約7割がヒノキ花粉症も合併していますので、多くのスギ花粉症の方は4月末になっても気が抜けま

せん。

治療は抗アレルギー剤の内服、点鼻薬が主で、その他にレーザーを使う日帰り手術、入院しての手術療法、長期にわたって行う舌下免疫療法や、主に重症のスギ花粉症を対象とした分子標的薬（特定の目印だけを攻撃する薬）の注射療法があります。まず、スギ花粉の飛散は予測可能ですから、先んじて抗アレルギー剤や点鼻薬を開始する初期療法が最も一般的な治療法です。

抗アレルギー剤も症状によって使い分けが必要です。くしゃみ、鼻水が主のタイプと鼻づまりが主のタイプでは薬の種類が異なります。点鼻

薬も鼻づまりが強いと鼻の中に入っていないのでシーズンの初めから使うことがお勧めです。

薬の副作用、特に眠気への不安を覚える方も多いと思いますが、最近では眠気を抑えた薬も多くあります。内服、点鼻でどうしても効果が得られない重症のスギ花粉症の場合には、分子標的薬の注射が適応となる条件があります。適応にはいくつかの条件があり専門医への相談をお勧めします。

レーザー治療などの手術療法はシーズンを避けて行うのが一般的。鼻づまりタイプの方には効果が大きいですが、永続するものではありません。

ん。

舌下免疫療法は、スギやダニの精製した成分を少量ずつ体に入れていき抵抗性をつけていく治療です。約3年程かかる治療ですが、アレルギー体質を変える唯一の根本的な治療法です。

日常生活では花粉を避けるために外出時の眼鏡、マスクの着用、帰宅時には体に付着した花粉を払い落とす、布団、洗濯物を外に干さないなどの注意も必要です。黄砂の時期は花粉症が悪化することもあります。症状が長引く時は副鼻腔炎を合併していることもあります。治療法が異なりますので専門医にご相談下さい。

（宇野耳鼻咽喉科・アレルギー科 院長）

◇ ◇

私たちの体や心の病気に向き合う医療従事者。健康や医療に関する身近な話題を、県内の医師らに月1回、語ってもらいます。



⑧ 宇野 正志さん



うの・まさし 1992年熊本大医学部大学院修了。97年カナダ・マクマスター大免疫・アレルギー部門留学。99年開業。日本耳鼻咽喉科学会専門医。熊本県耳鼻咽喉科地方部会理事。熊本県耳鼻咽喉科医会理事。67歳。

医療の窓 ご意見募集

県内の医療関係者に月1回寄稿してもらおう連載「医療の窓」では、読者からのご意見や感想を募集します。〒860-8506 熊本日日新聞社 地域報道本部生活班「医療の窓」係。ファクス096(366)4012、メールはkurashi@kumanichi.co.jp