



県医師会員 多田 靖宏

(福島市・  
福島赤十字病院耳鼻咽喉科主任部長)

## 花粉症

「花粉症」とは、アレルギー性鼻炎のうち原因物質（アレルゲン）が花粉のものを指します。特定の植物の花粉に対する免疫反応の一種で、花粉が空中に舞い、鼻や口などの呼吸器に侵入することで、免疫系がそれを異物として認識し、体外に排出しようとして身体が過剰に反応している状態です。春から秋に多く、スギの花粉は広く知られていますが、春のカモガヤや夏から秋のブタクサ、ヒノキなども知られています。昨年は猛暑の影響でブタクサの花粉が11月中旬まで飛散し、症状が長引いた患者さまも多く見受けられました。

一般的には学童期までの発症が多いとされていますが、高齢者で発症する場合もあります。花粉症の主な症状は、

# 放置せず早期受診を

くしゃみ、鼻水、鼻づまりですが、目のかゆみや充血、せき、喉の痛み、そして時には倦怠（けんたい）感や頭痛を来すこともあります。これらの症状は個人によって異なる場合があります。軽度から重度までさまざまです。

診断は、皮膚テストや血液検査でアレルギーの原因物質を確認します。原因として多いとされる花粉だけでなく、症状のある季節に該当する花粉を選択して検査し、10日ほどで結果が出ます。同時に血液中にあるアレルギーを引き起こす抗体数も測定することができます。

治療法にはいくつかの選択肢があります。

①アレルギー回避：花粉のピーク時に外出を控える、マスクを着用する、部屋の窓を閉める、布団を外に干さない、帰宅時に上着を払う、など花粉との接触を減らす方法です。最近鼻の中に入り込んだ花粉を洗い流す方法として鼻うがいもお勧めされています。

②薬物療法：アレルギーを抑える内服薬や点鼻薬、目薬などを使って症状を軽減する方法です。ただし内服薬では

眠気を伴う場合があります。必要です。

③免疫療法：毎日少しずつ注射や内服でアレルギーを授け、免疫反応を徐々に慣れさせて症状を出にくくする方法で、唯一体質を変えて完治が望める治療法です。ただし治療期間が数年にわたり根気が必要になります。

④手術療法：鼻粘膜を処理してアレルギー反応が起きにくくする方法です。鼻づまりの強い症例に特に有効です。手術はその内容によって局所麻酔での日帰りや短期手術が可能ですが、施設によって対応は異なるためかかりつけの医療機関に直接お問い合わせください。

一般的には、軽症～中等症は①や②を選択し、重症は④を追加するのがお勧めとなります。

花粉症に対する適切な治療を行うには、その原因物質が何であるかを知ることがとても重要です。またその人に合わせたオーダーメイド治療が必要になりますので、放置せずなるべく早く医療機関を受診して相談いただくことをお勧めいたします。

※ 次回は2月5日掲載 ※