

スギ花粉症

スギ花粉症とは

スギ花粉症はスギ花粉が原因で起こるアレルギー性鼻炎です。生まれてからスギ花粉が飛ぶシーズン(春)を経るたびにスギ(抗原)に対する反応物質(抗体)が体の中に増えていき、ある量以上になると発症するので「2年から急に症状が出た」ということが起こります。

抗体の増える速度に個人差があり、20歳代から30歳代で発症する人が多くなっています。最近では幼児の発症もみられます。スギとヒノキは抗原性が似ているため、スギ花粉症の人はヒノキ花粉にも反応する場合があります。症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみに加えて、皮膚のかゆみ、のどのかゆみ、せきなどを訴える患者さんもいます。これらの症状と鼻汁中に好酸球(アレルギー独特の細胞)があること、血液中のスギ花粉に対する抗体(免疫抗体)が増えていることが診断の決め手となります。

今年のスギ花粉飛散予想

広島県は昨年と比べてやや多い飛散数が予想されます。例年2月の中旬ごろから花粉が飛び始め、3月上旬にピークがあります。何回かのピークの後だんだん少なくなり、3月の終わりから4月の初めにヒノキ花粉が飛び始めます。

治療法

減感作療法 花粉のエキスを少しずつ注射して、アレルギー反応を起こしにくくする方法で、根本治療ですが、効果判定には2年くらいかかり、この間注射に通う必要があります。

初期療法 花粉飛散前から内服薬や点鼻薬を使用すると、花粉が飛散しても症状が軽くなります。

対症療法 花粉が飛散して症状が出てから内服薬や点鼻薬、点眼薬で治療します。

レーザー治療 花粉飛散前にレーザーで鼻の粘膜を焼き、アレルギーの反応を起こしにくくします。鼻づま

りには比較的效果があります。

妊娠中、あるいは授乳中の人は、薬を飲めない場合があります。湯気を鼻で少しずつ吸ったり、マスクをして鼻の周りを暖めて湿り気を与えると、多少症状がやわらぎます。いずれの治療をする場合でも、花粉ができるだけ体に入らないようにマスク、眼鏡の着用、外出からの帰宅時には服をよくはたき花粉を払い落とす、干した洗濯物や布団を取り入れる前にしっかりとたたき花粉を払い落とす、窓を開けた後はよく掃除機をかけるなどを心掛ける必要があります。

また喫煙、不規則な生活はアレルギー反応を悪化させるので注意が必要です。



ひらた耳鼻咽喉科アレルギー科
平田 思

なるほど!! 健康講座

問合せ 廿日市市保健センター ☎201610