



2021年3月

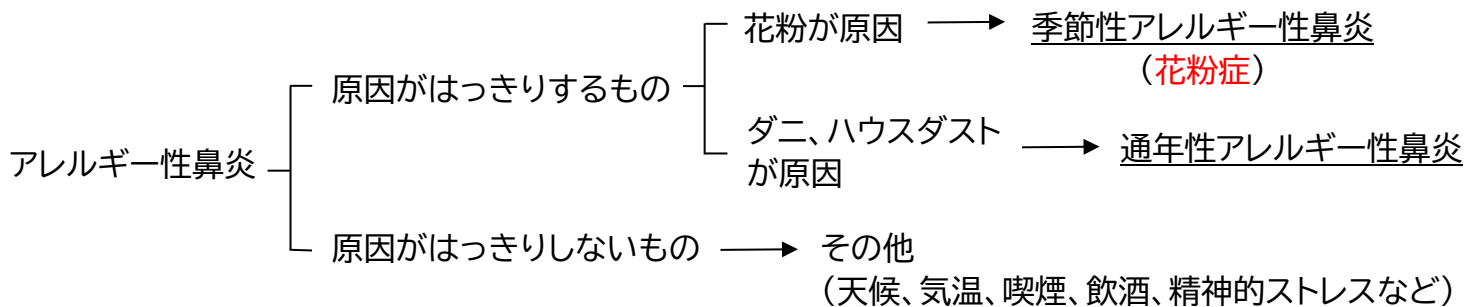
皆さん、こんにちは。自衛隊札幌病院 耳鼻咽喉科医師の鈴政です。

3月に入り、徐々に暖かくなってきましたが、この時期の皆さんのお悩みといえば花粉症だと思います。しかも、今年は新型コロナウイルスの流行で、咳やくしゃみ、鼻をすすったりする行為が今まで以上にはばかられる年になりました。

そこで今回、特別号として花粉症についてお知らせ致します。是非、ご覧ください！

**花粉症でお困りの方へ ～一度、病院で治療してみませんか？～**

花粉症とは、アレルギー性鼻炎の一種で、樹木や草木、雑草類の花粉を吸入することで発作性のくしゃみ、水っぽい鼻水、鼻詰まりを特徴とする病気のことです。



上記の様に、原因によって季節性アレルギー性鼻炎、通年性アレルギー性鼻炎、その他に分類されます。

### ○原因

そもそもアレルギーとは食物や、薬剤、花粉、ホコリなど、本来は体に害を及ぼさない物質に対して体が過剰な免疫を起こしてしまうことです。食物アレルギーや鼻炎、結膜炎、皮膚炎などが挙げられます。

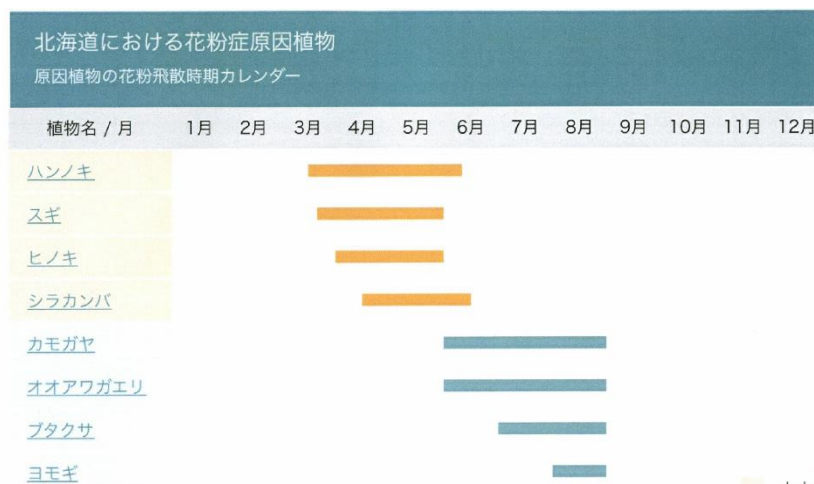
このうち花粉症とは、花粉を鼻から吸入することによって、免疫が過剰に反応してしまい、以下のような症状を呈する病気です。

### ○症状

主にくしゃみ、鼻水、鼻詰まりが、花粉が飛散する時期(春や秋)に出現します。長期にわたって花粉に曝露されることにより鼻粘膜が浮腫んでしまい、慢性的に強い鼻詰まりを引き起こすこととなります。

### ○検査

採血検査で各種花粉やホコリに対するアレルギーの程度がわかります。結果には2週間ほどかかります。



## ○治療

一番の治療は原因となる物質を取り込まないことです。ただし、それだけではコントロールが難しい場合も多く、薬による内服・点鼻薬治療、手術療法、免疫療法を行います。

種類	特徴	注意点
内服薬治療	即効性がある。種類が豊富で薬を選べる	薬によっては眠気を催すものがある
点鼻薬治療	効果が強く、連日使用することで効果が増幅する	副作用が少ないが継続的な使用が必要
手術療法	鼻詰まりに対して有効で、術後は効果が持続する	入院が必要、侵襲的な治療
免疫療法	アレルギーに対して根本的な治療が期待できる	3年～5年の長期内服が必要

アレルギーの原因となる物質(薬)を体内に少しずつ取り入れることで、徐々に慣らしていき、その物質に対して免疫をつけていく治療

いずれの治療も効果には個人差がありますので、個人個人にあった処方・治療が必要です。

### 【市販薬と病院での処方薬との違い】

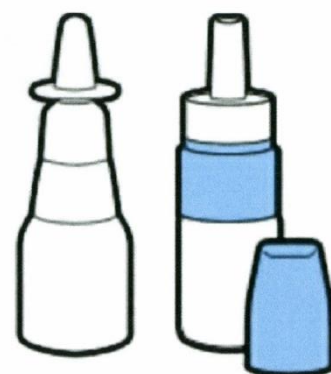
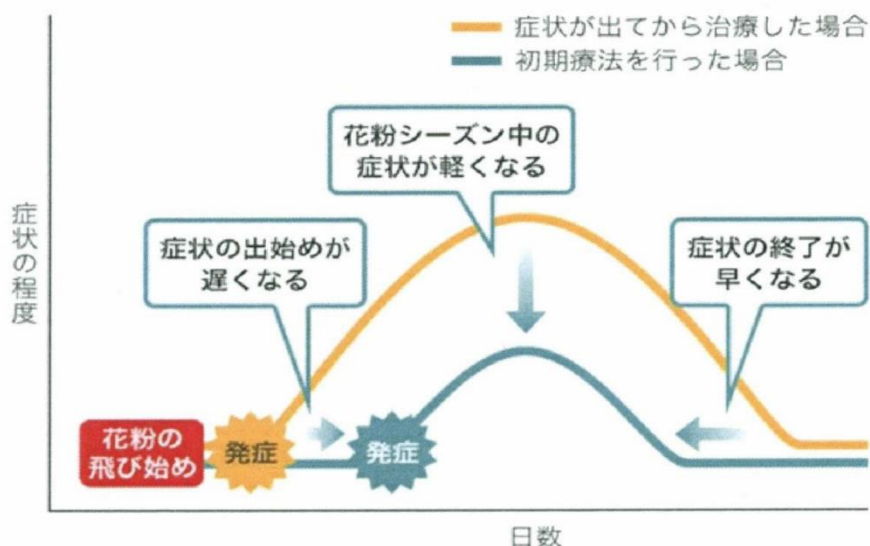
市販薬は薬局で手軽に購入できる反面、内服薬は眠気を生じる商品があること、点鼻薬は長期の使用により鼻粘膜が肥厚し、逆に鼻詰まりを助長してしまうと言ったデメリットもあります。

市販薬	メリット	デメリット
内服薬	商品を正しく選べば、処方薬と同じ薬が薬局で手に入る	<ul style="list-style-type: none"> <li>種類が少なく、効果が限定的</li> <li>眠気には注意が必要</li> </ul>
点鼻薬	<ul style="list-style-type: none"> <li>鼻詰まりに対して即効性が強い</li> <li>効果が非常に強い</li> </ul>	持続時間が短く、連用するとかえって鼻詰まりを助長する(血管収縮薬が添付されているため)

市販薬に対しては正しい知識を持つことが大切です。まずは気軽に耳鼻咽喉科にご相談ください。

花粉症の治療は、花粉が飛び始める2週間ほど前から治療を開始した方が良いとされています。

北海道では、シラカバという樹木の花粉が多く飛散しており、今年の飛散予測では、3月中旬頃です。今年の春を少しでも快適に乗り切りたい方、毎年症状に困っている方は、一度、自衛隊札幌病院耳鼻咽喉科を受診してみてください。



日本新薬 HP より

記載内容に関しまして質問等ありましたら、耳鼻咽喉科 鈴政(内線:8-17-4033)までお尋ねください。