

花粉症

朝霞地区医師会 佐内 明子
☎048-464-4666

くしゃみ、鼻みず、鼻づまり。涙眼、頭痛、けん怠感。春の花
粉症の季節がもうじきやってきま
す。今回は花粉症のお話です。
花粉症の定義…植物の花粉が原因
となる季節性の鼻アレルギーの総
称です。国により、地方により、
季節により、原因となる花粉の種
類はさまざまです。春（関東では
2月から4月）に大量に飛ぶスギ
花粉がもっとも有名で、日本人の
5人に1人が患していると言わ
れ、今や花粉症の代名詞になっ
ていますね。ほかには、ヒノキ、カ
モガヤ、ブタクサ、ハンノキなど
があります。これに対して、1年
中飛んでいるダニやハウスダスト
などが原因となる通年性鼻アレル
ギーというものもあります。
発症のメカニズム…花粉（抗原）
が、人の鼻の粘膜に侵入すると、
その抗原と結合する性質を持った
抗体（特異的IgE）が血液の中
に作られます（ただし、全員に作
られるわけではありません）。抗
体を持っている人の鼻の中に再び
抗原が入ってくると、抗原抗体反
応という複雑な反応によって、い
ろいろな化学物質が鼻の粘膜の中
に放出されます。ヒスタミンとロ
イコトリエンが有名です。ヒスタ
ミンが神経末端を刺激するとくし
やみが起こり、鼻腺からは鼻みず
が分泌されます。また、血管が刺
激されると血流がうっ滞したり、

血管透過性が亢進して組織が浮腫
を起こしたりして鼻づまりが起こ
ります。
診断…くしゃみ、鼻みず、鼻づま
りといった典型的な3つの症状が
あり、鼻汁好酸球検査、皮膚テ
スト（または血清IgE抗体検査）、
誘発テスト（抗原を鼻の中にま
いて、鼻炎の症状が出るかどうかを
見る）のうち2つ以上が陽性なら
確定診断できます。風邪や血管運
動性鼻炎、好酸球性鼻炎など花粉
症と紛らわしいものがありますの
で、勝手に花粉症と決めつけな
い、一度は専門医のもとできちん
とした診断を受けましょう。また、
風邪は花粉症の症状を悪化させま
す。
治療…①抗原回避…一番大切な
は花粉を近寄せないことです。花
粉情報に注意し、多く飛んでいる
日は外出を避ける。外出するとき
は、マスクをし、花粉が付着しや
すい毛織物などの服を着ない。帰
宅したら、上着のホコリを良く落
として室内に花粉を持ち込まない。
シーズン中は出来るだけ窓をしめ
る。布団や洗濯物をなるべく外に
干さない。など、日常の注意でず
いぶん症状は軽減できます。②薬
…花粉症の治療は、発症のメカニ
ズムの項で述べた複雑な反応の経
路をどこかでブロックすることで
すから、最も多く使われるのが抗
ヒスタミン薬で、これに抗ロイコ

トリエン薬や、遊離抑制薬、鼻噴
霧用ステロイド薬などを組み合わ
せます。症状が出る前か後か、重
症か軽症か、鼻づまりと鼻みずの
どちらがつかないか、などによつて
も最適な薬が違ってきます。鼻閉
に即効性がある鼻用血管収縮薬は、
使いすぎると薬剤性鼻炎を起こし
て手術を余儀なくされる事がある
ので注意しましょう。③外科的治
療…鼻閉の改善を目的として、レ
ーザー治療や下甲介手術が行われ
ています。詳しくは専門医に相談
してください。④その他…特異的
免疫療法といって、少量の抗原の
皮下注射を繰り返し行う事によつ
て、体質改善を期待し、症状を軽
減させようという治療があります
が、重大な副作用もごくまれにあ
ります。最近では、より安全な舌
下免疫療法の開発が進んでいます
が、まだ実用化されていません。
最後に…近年の花粉症人口の増加
には、大気汚染や食品添加物、ス
トレスなど、現代人の生活環境の
変化が大きく影響していることが、
科学的にも証明されて来しました。
鼻は外界の物質が人体に入ろうと
するときの最初の関門です。くし
やみで花粉を排出し、鼻みずで洗
い流し、鼻をふさいで（鼻づまり）
侵入を防いで、私たちの身体を必
死に守っている「鼻」が、とても
いとおしく思いませんか？

日曜・休日に実施している医療機関

午前10:00～午後4:00

月日	場所	診療所名	科目	☎(048)	場所	診療所名	科目	☎(048)
1	新座	志木小児科・アレルギー科 クリニック	小・アレ	481-1064	志木	いわさき内科・循環器科	内・循	486-4622
8	新座	わかばクリニック	内・アレ・循・小	489-5323	朝霞	朝霞整形外科・外科	整・外・皮・ 放・リハ	461-5128
2 11	和光	和光駅前クリニック	外・内・小・整・ 消・肛・リハ	460-3466	新座	みず三須耳鼻咽喉科	耳・アレ・気管	480-1187
15	朝霞	石原クリニック	胃・内・外・肛	486-1890	志木	志木北口クリニック	心内・精・神	471-2661
22	和光	和光駅前クリニック	外・内・小・整・ 消・肛・リハ	460-3466	朝霞	福島眼科	眼	469-1006

※2月の休日歯科応急診療所

実施日 2/1(日)・8(日)・11(水)・15(日)・22(日)

受付時間 午前9時～11時30分

場所 新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター）

診察料 健康保険法の規定料金（保険証を必ずお持ちください。）

問い合わせ ☎048-481-2211

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター

☎048-824-4199

●埼玉県南西部消防本部

☎048-460-0123

※小児救急電話相談

●#8000（携帯電話からも相談可能）

※当番医は変更になる場合
もあります。
確認してから
お出かけくだ
さい。