

花粉症外来概要

花粉症とは

春が近づいてくると、くしゃみ・鼻づまり・水のような鼻水・目のかゆみ・だるい…などの症状が現れることがあります。

これが花粉症で、花粉をアレルゲン(原因物質)として起こる季節性のアレルギー性鼻炎のことです。

日本人に最も多いのが『スギ花粉症』で、年々患者数も増加しています。他にも『ヒノキ花粉症』も多く、次いでハルガヤ・カモガヤなどのイネ科やオオアワガエリ・ブタクサなどもあります。

《花粉症と風邪の違い》

花粉症の症状は風邪と似ているため、間違えられることがありますが、風邪と花粉症の違いは大きく分けて6つあります。

	花粉症	風邪
1、熱	発熱を伴う場合は少ない	発熱を伴う場合が多い
2、鼻水	無色で粘りのない鼻水が出てくる	日が続くと、黄色で粘りのある鼻水が出てくる。
3、目	ほとんどの場合かゆみを伴う	かゆみはほとんど伴わない。
4、期間	長期にわたり体調が改善されない	1週間程度で短期間で完治する。
5、天候	晴れた日や風の強い日、雨が降った翌日に症状が悪化	天候による影響はほとんどない。
6、体質	本人や家族がアレルギー体質の場合が多い。	体質はほとんど関係ない。

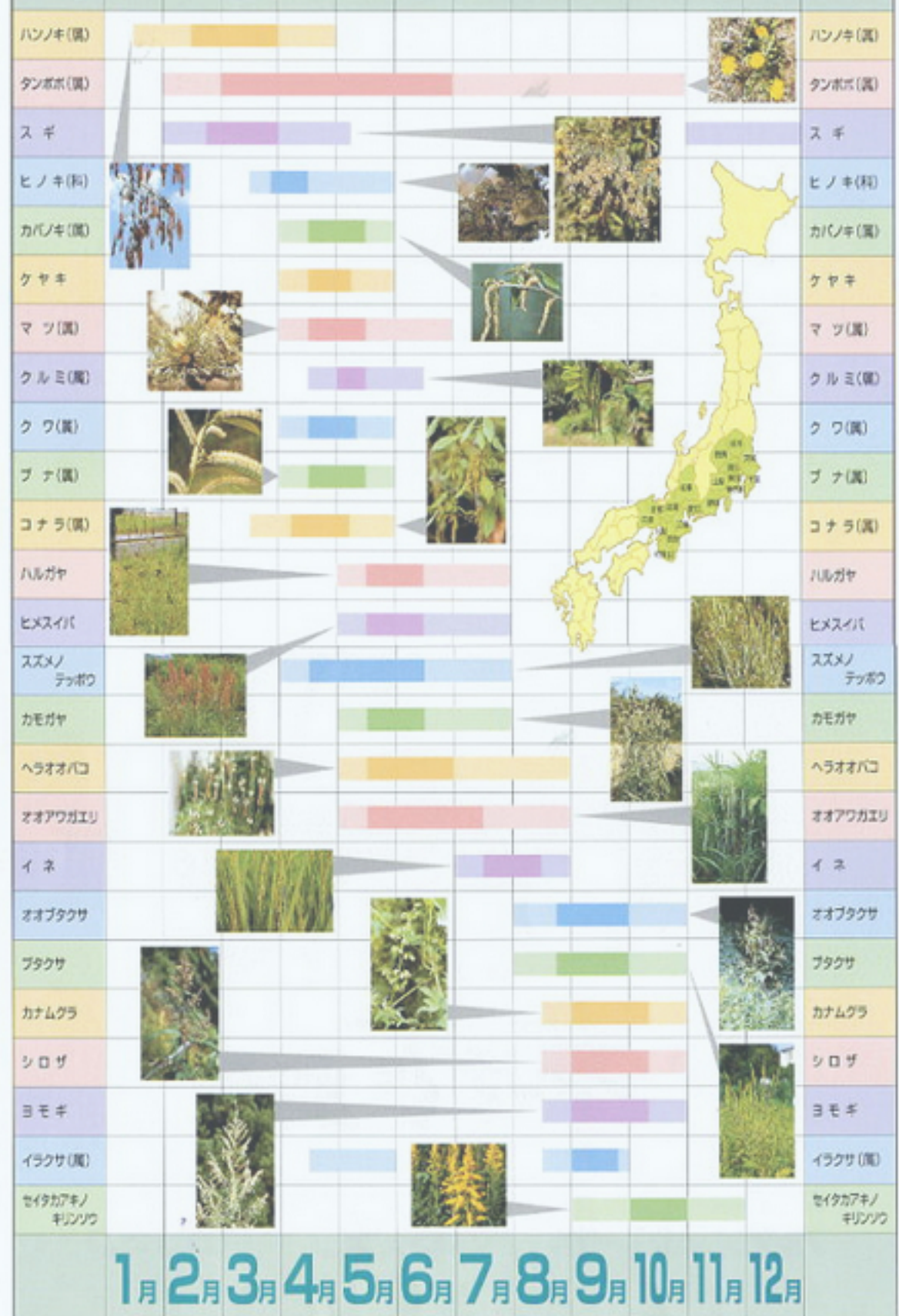
《花粉カレンダー》

代表的な花粉とその飛散時期をご存じですか？
だいたい情報を覚えておくと、予防や症状の緩和に役立ちます。

※表をクリックすると拡大します。

花粉アレルゲン開花カレンダー 〈関東・東海・近畿〉

監修：東京大学大学院 教授 佐藤紀男



●開花カレンダーは平均的な開花時期をもとに作成していますので、実際の開花時期により若干のずれがあります。

●開花時期の割合は目安として表示しています。

花粉症の治療は、原因となる花粉を知ることから始まります。

《治療方針》

上図の様に、花粉にはそれぞれ飛散する時期が決まっています。

スギ花粉なら2月～4月いっぱい、ヒノキは3月下旬～5月いっぱい、ハルガヤ・カモガヤは5月～7月、オオアワガエリは5月～8月、ブタクサは8月～10月、セイタカアキノキリンソウは9月～11月、その他は上図カレンダーを見て下さい。

症状の出る時期から、ある程度「どの花粉が原因か」が判り、必要に応じてアレルギー検査(血液検査)も行い、原因となる花粉を特定していきます。

原因が判ることで、どの時期(期間)に治療をすれば良いか、方針を立てることが出来ます。

ただし、複数の花粉が重なり合っている場合もあります。(※中には、スギ・ヒノキ・ハルガヤ・カモガヤの全てにアレルギー反応が陽性であり、2月から7月までの半年間症状が出続けている方もみえます。)

採血の検査ではそれぞれの原因に対する反応の強さもわかり、治療の開始時期・治療期間・薬剤等の方針がたてられます。

検査結果が出るまでには約1週間程度かかります。

《治療薬について》

当医院では、内服薬と注射による治療を行います。また、症状に応じて点眼薬・点鼻薬も処方いたします。

内服薬の中心は、抗アレルギー剤です。何種類もある抗アレルギー剤の中から、各々の患者さんに合う薬剤を選択しています。

理論上での効き目の強弱とは別に、患者さんによって薬の合う合わないがありますので、予想に反して効き目が弱かったり、逆に効き目は良いが思っていた以上に副作用として眠気が強く出てしまうこともあります。

また、漢方薬がよく効く患者さんも多くみえるため、当医院では毎年スギ花粉症の季節には、多くの方に漢方薬の処方を行っています。

漢方薬は、眠気が無いのが最大の利点ですが、全ての患者さんに効力があるわけではありません。

《早期療法(初期治療)とは》

現時点で花粉症治療の中心となるのが、**早期療法(初期治療)**です。

花粉が飛び始める時期の少し前から薬の服用を始める方法です。症状が出る前に治療を始めると、花粉シーズン中の症状の発症を遅らせたり、軽減させることが出来ます。

よって症状があらわれてから治療するよりも、シーズン中をより快適に過ごすことが出来ます。

また、より弱い薬でも症状が抑えられるようになるため、副作用としての眠気も出にくくなります。

(実際に症状が出てから花粉症治療を始めると、強めの薬を要することが多くありますが、シーズンに入る前に始める早期療法では、軽い薬で対処できることが多くなります。)

具体的には、『スギ花粉症』であれば1月下旬から内服を始める早期療法を推奨しています。

あなたの花粉症治療について、是非一度ご相談ください。

花粉症お役立ちリンク集

《花粉ナビ》

[2010年スギ花粉前線・各地花粉飛散予測数の情報](#)

です。

各地の詳細情報(地域別のポイント、'10年予測数、'09年実測値、過去10年平均値)が見られます。



《的確な花粉症治療のために》

[厚生労働省が発行しているパンフレット「的確な花粉症治療のために」](#)です。

PDFファイルですので、開くの少し時間がかかりますが、

1、花粉症はどのように発症するのでしょうか？ アレルギー反応の起こり方

2、花粉症の原因

3、花粉症のメカニズム

4、花粉症の治療

5、花粉症のセルフケア

について詳しく書かれています。

