

# ご近所のお医者さん

□  
739  
□

みねはる耳鼻咽喉科院長 **峰晴昭仁さん** 一高槻市

## 国民病「花粉症」の正体

春先にはくしゃみや鼻水、目のかゆみに悩まされる方が多くなり、今や日本人の約4割がスギ花粉症を抱えていると言われています。まさに「国民病」とも呼ばれる状態です。

花粉症はアレルギー性鼻炎の一種で、花粉を異物と判断した体がIgE抗体を

## 強い症状 手術も検討

作り、再び花粉が入ると粘膜にある肥満細胞からヒスタミンが放出されます。このヒスタミンが神経や血管を刺激することで、くしゃみやかゆみが起きます。つまり、原因は花粉そのも



のではなく、体の過剰反応なのです。診断は症状の時期や特徴を確認し、

①血液検査②皮膚テスト③鼻内の観察——を行います。血液検査によって反応する花粉の種類が分かり、ヒノキやブタクサなど複数見つかる方もいま

す。また、症状が出る時期がずれていれば、ほかの花粉やダニなど複数の原因が見つかることもあります。原因は多岐にわたるため、正確に特定することが治療の第一歩です。

治療の基本は「花粉を避ける工夫」を行うことです。マスクやメガネ、帰宅時の洗顔・うがいが有効です。症状が強い場合は抗ヒスタミン薬や点鼻薬を使用し、花粉飛散前から薬を使い始める初期療法も効果的です。根本治療

としては、毎日少量のエキスを投与することで体を慣らしてゆく舌下免疫療法が注目されています。3年以上の継続が必要ですが、長期的な改善が期待できます。

薬で改善しない強い鼻づまりには手術療法も検討されます。代表的な「下鼻甲介粘膜レーザー焼灼術」は日帰りで行うことができ、数年効果が続く

ことが期待できます。ほかに、鼻の中の空気の通りを改善する「粘膜下鼻甲介切除術」や、アレルギー反応の神経を遮断する「後鼻神経切断術」などが症状に応じて選ばれます。手術は花粉症そのものを完全に治すわけではありませんが、薬の効が悪い方や、眠気の出やすい方にとっては有力な選択肢です。

花粉症はつらいものですが、自己判断で放置せず、早めの予防と医療機関との相談で快適な春を目指しましょう。