

# 熱田小児科クリニック 掲示板

## 2月のテーマ 『花粉症』

(医)熱田小児科クリニック「ひまわり」スタッフ

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ、鼻水などのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。(主な、アレルゲンとしては、スギ、ヒノキ、カモガヤ、オオアワガエリ、ブタクサ、シラカンバなど)

### 症状

鼻の三大症状(くしゃみ、鼻水、鼻づまり)だけでなく、目の症状(かゆみ、涙、充血など)を伴う場合が多く、その他にのどのかゆみ、皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じなどの症状が現れることがあります。

(さらに、シラカンバ、ハンノキ、イネ科花粉症などの人が、ある果物や野菜を食べると、口の中がかゆくなり、腫れたりする **口腔アレルギー症候群** という症状もあります。)

### 花粉対策

- ① 花粉情報をチェック
- ② 外出時は、マスク、メガネの着用
- ③ 毛羽立った毛織物のコートは避ける
- ④ 帰宅時は衣類や髪に付着した花粉をよく払う、着替えるとなお良い。
- ⑤ 花粉を室内に侵入させないよう窓は閉めておく。
- ⑥ 掃除はこまめにしましょう。(床、フローリングは拭き掃除が良い。)
- ⑦ 布団、洗濯物は外に干さない。
- ⑧ 空気清浄器を使用するのもよいでしょう。

花粉症の症状と重症度をチェックしましょう！

花粉症の症状にはくしゃみ、鼻水、鼻づまりといった鼻の症状、涙が出るといった目のかゆみなどの症状があります。鼻の症状については、くしゃみと鼻水は強く相関しているため、両者をまとめて「くしゃみ・鼻漏型」とし、鼻づまりが他の症状に比べて強いときは「鼻閉型」と分類しています。両方の型がほぼ同じ場合は「完全型」と分類しています。



#### くしゃみ

連続して起こり、回数が多いのが特徴。



#### はなみず

サラサラで、いくらかんでも出てきます。



#### 鼻づまり

両方の鼻が完全につまり、鼻で息ができないこともあります。



#### 目の症状

涙がぼろぼろ出て、強いかゆみ・充血が起こります。

その他の症状として、のどのかゆみ、咳、肌荒れ、頭が重いなどの症状が現れることがあります。

#### アレルギー免疫療法について

これまでのアレルギー疾患に対する治療は、現れた症状を抑える治療(対象療法)が主でした。たとえば喘息では、吸入薬や抗アレルギー薬を使って気管支の炎症を抑制し、発作が出た時に気管支を拡張させる薬を使うことで、症状を和らげることができます。また、花粉症では、くしゃみや鼻水の症状を薬で抑えることができます。しかし、残念ながら、これらの対症療法では、喘息や花粉症を根本から「治す」ことはできません。これらに対してアレルギー免疫療法は、体のアレルギーに対する反応(免疫反応)を変えることで、体に免疫力をつけてアレルギー反応を起こしにくくするという、全身的・包括的かつ根本的な治療法です。アトピー型喘息では、臨床症状と気道過敏性を改善させ、薬物減量効果を有することが証明されています。小児であれば、喘息の治癒する確率を上昇させます。アレルギー免疫療法はアレルギー疾患に対して、自然経過を修飾する可能性のある唯一の治療法です。

当クリニックでは、スギ花粉症に対して舌下法または皮下注射法でのアレルギー免疫療法による治療が可能です。