

健康・医療（中国新聞13面 H19年2月28日水曜日）

この病気この医療：花粉症一発症体質や環境影響、重症ならレーザーも

（わたなべ耳鼻咽喉科・アレルギー科 院長 渡部浩）

くしゃみ、鼻水、鼻づまり・・・わずらわしいスギ花粉症に悩む人は全国に2000万人いるといわれる。日本アレルギー学会専門医で、わたなべ耳鼻咽喉科・アレルギー科（広島市安佐南区）院長の渡部浩さん（46）に、治療のポイントなどを聞いた。（上杉智己）

— 花粉症に突然なる人がいる半面、まったく平気な人もいます。花粉症は簡単に言うとスギなどの花粉によって引き起こされるアレルギー性炎症。花粉が鼻粘膜などに付着すると、ヒスタミンなどを放出して鼻から追い出そうとする体内反応が起こる。それが、くしゃみ、鼻水、鼻づまりの3大症状になって表れる。目、皮膚、のどの反応も同様である。花粉症になる人は、体内に侵入してきた花粉という異物に対して、抗体ができやすい人。体質のようなもので、遺伝もかかわっていると考えられている。この体質に加え、花粉そのもの、大気汚染、食生活などの環境要因が加わり、発症する。そうした体質を持たない人はなりにくい。

— 風邪と思うこともあります。花粉症かどうかは症状や鼻粘膜の所見のほか、血液検査や皮膚テストで花粉抗原に対する抗体を持っているかを確認して診断する。スギ花粉による患者が最も多く、ヒノキやシラカバなどの樹木、

カモガヤ、ブタクサなどの草花の花粉も原因となる。

「 飛散前の対応が鍵 」

— どんない療法がありますか。薬物療法、減感作療法、レーザーなどで鼻粘膜を焼く手術療法の3つがある。最も一般的なのは薬物療法。花粉症であることが分かっている場合、飛散前の早めの対応が効果的だ。シーズン突入の2週間くらい前から抗アレルギー薬を服用すれば、花粉が侵入しても症状の増悪が抑えられる。すでに症状が出ている人については、くしゃみや鼻水に効く抗ヒスタミン剤の処方を中心になる。鼻づまりが目立つ人には抗ロイコトリエン薬を使用する。各患者の症状によって使い分けたり、組み合わせたりする。

— ステロイド剤もありますね。

鼻だけに局所噴霧するものがあり、重症化しやすい人には早期から使用する。重症の場合は、症状全般に効果のある飲み薬のタイプを用いる。ただ、飲み薬は長く服用すると、副作用の可能性があるので、できるだけ短期間の使用にとどめる。

「 エキス注射で軽減 」

— 減感作療法とは。

花粉のエキスを注射し、体をなれさせていく方法。注射は、初期は週1、2回、次第に月1回、数ヶ月に1回と減らしてゆく。エキスの濃度は少しずつ上げる。効果を得るまで6ヶ月程度かかるので、前年の夏ごろには注射を

始めなければならない。花粉飛散の少ない年では、減感作療法を受けた人の6割余りが、抗ヒスタミン薬などの薬なしで1シーズンを乗り切れたというデータがある。個人差があり、あまり効果が得られない人もいる。非常にまれだが、注射でショック反応を起こす人もいるため、慎重に治療を進める必要がある。

— レーザー療法を受ける人も増えていますね。レーザー療法は、薬では症状のコントロールが効かない重症患者に向いている。鼻粘膜に麻酔を浸透させるので痛みは伴わず、5～10分程度で済む。シーズン前に治療しておけば、鼻粘膜でのアレルギー反応が減るため、鼻炎の症状が軽くなる。ただ、鼻粘膜は再生するので根治するわけではない。

「こまめに室内掃除」

— 日常で気をつけることは。

花粉を寄せつけない工夫を。マスク、眼鏡を着用するだけで、鼻や目に入る花粉の量は半分以下に減るといわれている。飛散予想の多い日は長時間の外出を控える。外出しても入室前にコート類を脱ぎ、室内に花粉を入れない。寝具も外に干さないようにし、こまめな室内掃除を心がける。