



花粉症

お正月が明けて陽が長くなると花粉症の季節がやってきます。ここで話す花粉症は春のスギ花粉症のことです。日本人では大人の2割、子どもの4割近くが花粉症と言われています。春になるとテレビや新聞の天気予報に花粉症予報がでるほど、迷惑な春の風物詩になってきました。今回はこの厄介な花粉症についてお話します。

小松耳鼻咽喉科クリニック

小松 正彦 院長

この厄介な春の使者

花粉症が医学界で認識され始めたのは今から半世紀前の東京オリンピックのころです。日本が高度経済成長に向かい、車が急速に増え始めた時代で、日光のいろは坂近くの病院に出張で来ていた東京の大病院の先生が、道路沿いの学校の児童に鼻炎症状が目立って多いことに気付きました。ちょうどそのころから学校給食も普及し始め、環境汚染と高カロリー食の食事、更には戦後の植林で成木になったスギが盛んに花粉を飛ばすようになった等々、いろいろな要因が花粉症の増加に関係しています。



増加に関係しています。

花粉症の原因

花粉症がなぜ起こるか、原因を一言でいえば花粉に対する行き過ぎた免疫反応（アレルギー）ですが、正確なところはよくわかっていません。いろいろなメカニズムがところどころに解明され、多くのクスリが登場しましたが、完全に治る薬剤は残念ながらまだありません。血液検査で花粉症の抗体が出ても症状の乏しいヒトがいたりします。花粉症の研究はまだまだ発展途上です。

花粉症の治療

花粉症の治療は、まず花粉に接しないことです。とは言っても外に出ないことは不可能ですから、外出時はマスクやゴーグルで目や鼻をカバーすることが大切です。外見上は良くないのですが、これで花粉の侵入を八割は防ぐことができます。

次にクスリです。予防的投与といって、花粉症が始まる二週間前くらいから内服する方



法があります。佐久の花粉症は建国記念日ころから始まり、白田の小満祭で終わります。ですから二月に入ったらすぐに飲み始めます。といっても、こんなヒトはほとんどいません。みなさん症状がひどくなってから来院します。重症になると仕事や睡眠に支障が出ますので、ときには炎症を強く抑えるクスリを使います。点鼻薬も使いますが、かえって鼻が刺激されて嫌だと言うヒトもいます。クスリはたくさん種類がありますので、個人的にお気に入りのクスリを見つけておく必要があります。クスリ以外には鼻の粘膜をレーザーで焼いたりすることもあります。

信州は花粉症だらけ

一般のマスコミは花粉症を春の病気としてとらえています。確かに春のスギ花粉症は患者さんも多く大変です。しかし佐久の地では花粉症は春だけの問題ではありません。五月ころに遠足に行った小学生が鼻や目がかゆくなった、夏を過ぎて朝、晩に犬の散歩やウォーキングで土手を歩くと目や鼻の具合が悪くなるなど、春のスギ花粉症が終わっても、初夏のイネ科雑草、夏から秋のブタクサ、ヨモギ、また晩秋の野焼きの煙でも症状の出るヒトがいます。信州では真冬以外は花粉症の季節といっても過言ではありません。

ひとつの花粉症をしっかりと治さないと、荒れた鼻の粘膜から次々と原因物質が侵入して、最後は家のダニやホコリにでも鼻炎症状を起こすことになってしまいます。一年中、鼻炎症状に悩む人（通年性アレルギー）も少なくありません。