

DR.YOKO's Cafe

体にちょっと優しいお話し

健康づくりで気をつけたいポイントや病気の予防方法をお伝えします。

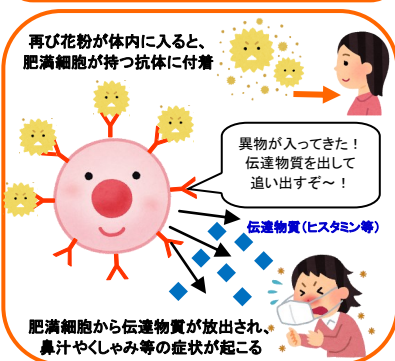
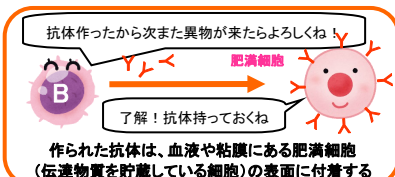
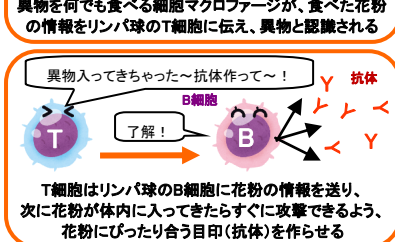
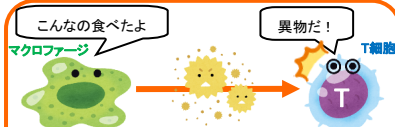
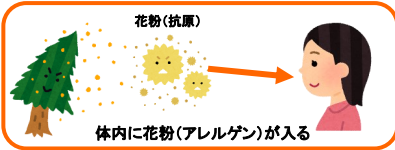
今月のテーマ

自分に合う方法を探そう！
花粉症の治療について

今年も、花粉症の方にはつらい季節がやってきました。暖冬の影響で花粉シーズンが平年より早まり、2月の中旬から花粉の飛散が観測されています。花粉症はアレルギーの一種。くしゃみや鼻水・目の痒みなどの症状は、体内に入り込んだ花粉を取り除こうとする免疫の仕組みによって起こります。花粉症の治療方法は症状や重症度によって様々で、昨年から保険適応になった新しい治療法もあります。今回は、花粉症の様々な治療方法について紹介します。

花粉症のメカニズム

「花粉は異物！」という情報が細胞に送られ、その花粉だけに反応する抗体が症状を起こす



花粉症の治療方法

花粉症治療は、鼻アレルギー診療ガイドラインに基づき、大きく分けて4種類の方法があります。

- ① 対症療法
薬剤を使用して花粉に対するアレルギー症状を和らげる方法。
昨年12月より、既存治療で効果不十分な場合に限り、オマリズマブ注射(難治の気管支喘息や慢性蕁麻疹で使われることのある治療薬が保険適応となった)。
- ② アレルゲン免疫療法
原因物質であるアレルゲンを少量ずつ投与することで身体をアレルゲンに慣らし、アレルギー症状を治したり、和らげる治療法。
治療にかかる期間は3〜5年と長期だが、根治する可能性のある治療法。
- ③ 外科的療法
レーザーや高周波ラジオ波で鼻腔の粘膜の表面を焼き、アレルギー反応が起こる場所を減らす治療法。
- ④ 抗原除去・回避
花粉の飛散量が多いときは外出を避ける、外出時は眼鏡やマスクを着用する、室内に空気清浄器を設置するなど、アレルゲンを選択する方法。



治療を目指すならアレルギー免疫療法がおすすめ

アレルギー免疫療法は、脱感作療法とも呼ばれる根治的治療法です。アレルゲンを少量ずつ長期間にわたって投与することで身体をアレルゲンに慣れさせ、過敏な免疫反応を徐々に弱めていきます。治療が期待できる治療法です。皮下注射による投与と舌下投与の二通りの方法があり、治療には3〜5年かかると言われています。完全に症状が抑えられなくても、症状を緩和することができます。ただし、少量とはいえアレルゲンを投与するため、副作用として稀にアレルギーによるショックを起こす可能性があります。医療機関によっては入院して治療を行う施設もあります。



メリットとデメリットを理解し自分に合う治療を

どの治療にも、それぞれにメリットとデメリットがあります。例えば、稀に花粉症に用いられることがあるステロイド注射は、強力な抗炎症作用と自己免疫反応を抑える作用があり、花粉症に対して強い効果を期待できる反面、感染症や胃潰瘍、糖尿病、緑内障など重大な副作用の恐れがあるため、厚生労働省が注意を促しています。(ステロイド内服や点鼻薬は全身への影響が少なく、専門医の指導を守って使用すれば心配はありません。)

メリットとデメリットを理解し、重症度や生活スタイルに応じて医師と相談の上、自分に合う方法を選択することが大切です。



せんだい総合健診クリニック 院長 石垣洋子

今年も暖冬の影響と新型コロナウイルスのおかげでマスクも激減し、花粉症の方には例年になく、厳しい季節を迎えています。花粉症の症状であるくしゃみや、咳、鼻水も集団の中では新型コロナウイルスとの鑑別が難しく、肩身が狭い思いをされている方もたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。『私は花粉症です！』といったバツが売りに出されるくらい新型コロナウイルスに振り回されています。ウイルスと違って、粒子が大きい花粉症にはマスクは有効ですから、手洗い、うがいと共に自己防衛に努めてください。花粉症対策は個々人で異なりますので、自分に合う対策を見つけることが大切です。そして、受診の際のおすすすめは、今年の花粉症の傾向を一番よくご存じな耳鼻科またはアレルギー科の先生に見ていただくのが最善策かなと思います。



医療法人社団進興会

せんだい総合健診クリニック

住所 〒980-0811
宮城県仙台市青葉区一番町1-9-1
仙台トラストタワー 4F

TEL 022-221-0066(代表)

URL <https://www.sskclinic.jp/>

記事についてのお問い合わせ ☎022-221-1274