

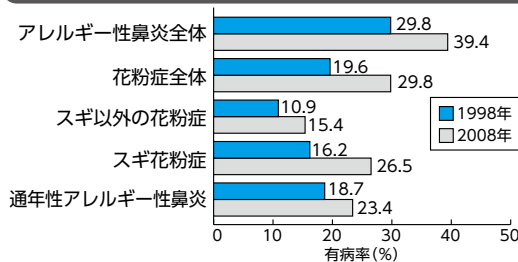
スギ花粉症の新しい治療

冬の寒さが和らぐ2月中旬から3月。熱がないのにくしゃみや鼻水が出て、夜は特に鼻が詰まって苦しいということはありませんか？これらの症状が長引いていたり、毎年現れたりするという方はスギ花粉症の疑いがあります。

今日、日本においてスギ花粉症を有する人は4人に1人と考えられていて、新しく発症する方も年々増加しています。

なぜこれほどスギ花粉症の患者さんが増えていのでしょうか。

1998年と2008年有病率比較



原因としては、戦後復興のためにスギが積極的に植林され、現在では日本の国土の12%も占めていることが挙げられます。しかも温暖化現象の影響などで、これらのスギの花粉量は徐々に増えつつあります。

また花粉量の増加に伴い、花粉症発症年齢の低下が目立つようになってきました。スギ花粉症以外の花粉症としてよく挙げられるのは、ヒノキ花粉症です。ヒノキ花粉症は4月ごろに症状が現れ、スギ花粉症患者の7割が併発しているといわれています。

他にも、初夏と秋に2度ピークのあるイネ科花粉症、秋に起こるブタクサ花粉症やヨモギ花粉症などもあります。

花粉症以外のアレルギー性鼻炎も増加しています。梅雨時や秋にはカビによるアレルギーが、秋にはガ、ゴキブリなどの昆虫の鱗粉や死骸によるアレルギーが引き起こされます。

花粉症とは、体内に入った花粉を異物と認識

し、この異物（抗原）に対する抗体を作り、再度侵入した花粉を排除しようとする反応です。

本来、これらの抗原に対する抗体を作るとい免疫反応は、感染から体を守ろうとする働きで、生体にとっては良い反応です。しかし免疫反応が過剰になり、生活に支障が出てしまう場合をアレルギーと呼びます。

花粉症の場合、花粉を体内から排除しようとして、くしゃみや鼻水、涙が出るという症状が起こります。これらの症状が強くと出過ぎて、生活の質が低下してしまいます。

また、カバノキ科の花粉症の方はリンゴやナシなどを食べると、ブタクサの花粉症ではメロン、スイカ、バナナなど、イネ科花粉症ではメロン、スイカ、トマトなどを食べると、口の中が腫れたり、かゆくなったりする口腔アレルギー症状が起こることもあります。

花粉症の診断は、発症時期、症状の出る場所、症状の程度などを詳しく伺い、鼻の中の状態を診察し、原因物質を皮膚に注射して反応をみたり、血液検査などで、どの抗原に反応しているかを調べたりして、総合的に診断します。

花粉症の治療と対策で、最も有効なのは、スギ花粉をできるだけ避けることと取り除くことです。具体的な対策としては、花粉情報に注意し、可能な限り外出を避けること。外出時にはマスクやメガネを使い、花粉が付きにくい衣服を着用、家に入る前に花粉をよく払い落とし、特に窓際を念入りに掃除することなどがあります。

薬による治療では、症状を抑える飲み薬のアレルギー薬や、鼻に噴射するステロイド薬などを用います。花粉の飛散開始前に、初期治療として早めに飲み薬、点鼻薬を使い始めておくと、症状の悪化を防ぎ、薬の使用量を減らすことができます。

例年大阪では、スギ花粉は2月中旬に飛び始め、3月中旬に飛散のピークを迎えますので、飛び始める少し前から服用しはじめると効果的です。

また抗アレルギー薬は、眠気の少ないものや服用回数が少ないものなど、日常生活に合わせた処方が可能ですので、主治医の先生によくお聞きください。

最近注目されているスギ花粉症の治療では、原因となる抗原（スギ花粉エキス）を低濃度から体内に取り込んで徐々に濃度を上げることで抵抗力を高め、体質を変える免疫療法というものがあります。

皮下注射による方法は20世紀初めから行われてきましたが、2014年から保険適応されている「舌下免疫療法」は簡便になり取り入れやすくなりました。

治療の対象は12歳以上です。残念ですが、今年の花粉症については、スギ花粉がすでに飛散して免疫反応が強くなるおそれがあるためできません。来シーズンに向けて治療開始できるのは、6月以降となります。

治療の方法は以下のように行います。1日1回舌の下に液状の薬を含み、2分間保った後飲み込みます。2週間かけ徐々に濃度を増やしていき、以降は同じ濃度で続けます。3年間治療を継続すると、約2割の方で症状が全くなり、7割の方で症状が軽くなります。受験を控えた学生の方には眠気が全くないという点で、将来妊娠を考えておられる女性には薬剤使用を減らせるという点で特にお勧めです。

ただし注意点として、極めてまれですが、アナフィラキシーと呼ばれる急性アレルギー反応が起こることがあります。重症の喘息や免疫疾患の方はこの反応が起こる可能性が高くなるため、治療の対象外となります。

また2015年からは、ダニアレルギーについても同様の舌下免疫療法が行われています。体質を変えることで根本的に治療することのできる舌下免疫療法にご興味のある方は、花粉症で受診された際、主治医の先生にお気軽にご相談ください。

吹田市医師会

ともなが耳鼻咽喉科 朝永 康德

舌下免疫療法

