



スマイル通信

01

2018年1月号

あけましておめでとうございます。昨年4月11日に開院して、みなさまに支えられながら、9ヶ月が過ぎ、新しい年を迎えることができました。

今年より、年4回『たかさきクリニック耳鼻いんこう科・アレルギー科』より、当院に関連のある病気のことなどをお知らせしていきます。ぜひご一読ください。

第1回目は、来月よりきっと苦しむ人が多くなるスギ・ヒノキ花粉症についてです。



■ スギ・ヒノキ花粉症とは？

スギ・ヒノキ花粉症は、長崎県では2月以降に飛散するスギ花粉、3月以降に飛散するヒノキ花粉に対する異常なアレルギー反応が、鼻や目、のどなどで起きる病気の事です。スギ・ヒノキ花粉症の病気の割合は、長崎県で約15.2%（全国で約26.5%）です。

今年も例年より多くの花粉が飛ぶ事が予測されています。（図1）

■ 症状は？

症状は、スギ・ヒノキ花粉が体内に入ったときに、くしゃみ、鼻みず、鼻づまり、目のかゆみ、のどの違和感などを起こします。また、スギ・ヒノキ花粉症の患者さんは、鼻、目、のどの粘膜が敏感になっています。タバコの煙、飲酒、汚れた空気、急激な温度変化によって、同症状が悪化します。

風邪の症状と似ていますが、風邪は、ウイルスが主な原因です。鼻の症状の他に、のどの痛み、高熱、関節痛などの全身的な症状が伴います。スギ・ヒノキ花粉症なのに風邪と勝手に自己判断している人もいます。治療方法が異なりますので、医師の診断を受けることが必要です。

■ 診断は？

当院など耳鼻いんこう科では、問診、鼻鏡・内視鏡検査、原因を調べるために血液検査などでスギ・ヒノキ花粉症の診断を行います。鼻鏡・内視鏡検査では、粘膜が腫れ、水のような鼻みずがみられます。血液検査でアレルギーの原因がスギ花粉やヒノキ花粉とわかれれば、スギ・ヒノキ花粉症と確定されます。この診察の時に、風邪による症状とは異なるのか？ほかに副鼻腔炎などの合併症はないか？などの診断も行っています。

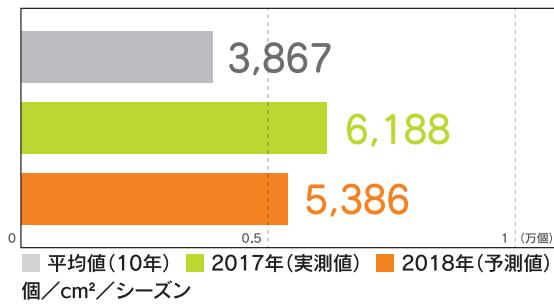
■ 治療は？

スギ・ヒノキ花粉が飛散している、2月から4月の間は、花粉の飛散状況を知ることが大切です。佐世保市・長崎県北地区では佐世保中央病院、北松中央病院の臨床技師さんが毎日観測して、長崎県医師会を通じ各メディアに報告しています。長崎県医師会では、マーリングリスト(kafun-ml@nagasaki.med.or.jp)に登録すると、長崎県下のスギ・ヒノキ花粉飛散状況をメールで知らせてくれます。佐世保市内の長崎県北振興局には、環境省花粉観測システム(はなこさん)も設置されています。こちらも参考になります。

この時期は、スギ・ヒノキ花粉を鼻や眼に入れないように、マスクやメガネを着用し、ウールなど花粉がつきやすい洋服は避けなければなりません。家の中に、花粉を入れないことも重要で、窓の開け閉め、室内掃除、洗濯の室内干し、帰宅時のうがい・洗顔などが重要です。

当院など耳鼻いんこう科では、薬の治療とネブライザー治療が中心になります。鼻の症状、目の症状など、症状の種類、強さ、患者さんの状態、副作用などを考慮して、のみ薬や点鼻薬、点眼薬を処方しています。

図1 長崎県のスギ・ヒノキ花粉飛散予測



NPO法人花粉情報協会 2018年花粉飛散予測データより作図

最近の薬は、眠気などの副作用が少なく、運転への影響が少ない薬や、一剤でくしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状を抑える薬、子どもにも安全に使用できる薬など、新しい様々なタイプの薬があります。当院では患者さんからよく話を聞いて、相談しながら薬をだしています。

また、スギ・ヒノキ花粉飛散前に薬を使用すると、症状の発現が遅くなり、花粉飛散がピークに達した時の症状が軽くなります。毎年、症状が強くなる人は、2月に入ったら、すぐに薬を使用することをおすすめします。(図2)

■ スギ花粉症に対する舌下免疫療法について

体質改善が期待できるアレルゲン免疫療法は、数年前にスギ花粉症に対する舌下免疫療法が保険適応になり、注目されています。2年以上の治療期間が必要ですが、症状を和らげ、根本的な体質改善が期待できる治療法です。

1日に1回、薬を舌の下に保持するだけの治療で、なれると、毎日の治療は自宅で行えます。少ない量からはじめ、徐々に增量し、2週間後からは一定量を毎日服用します。医療機関には1か月に1回程の診察を行うことになります。

現在、スギ花粉症とダニ抗原による通年性アレルギー性鼻炎の2疾患のみにしか使えません。また、スギ花粉症の患者さんは、スギ花粉飛散時期には開始できず、5月過ぎから11月までの間にしか開始できない、という注意点もあります(図3)。詳しい内容は、クリニック内に舌下免疫療法に関するパンフレットを置いています。ご参考にしてください。

たかさきクリニック耳鼻いんこう科・アレルギー科よりの第1回目のお知らせとしてスギ・ヒノキ花粉症の話をしました。少し新しい治療もでています。スギ・ヒノキ花粉症患者さんのご参考になれば幸いです。

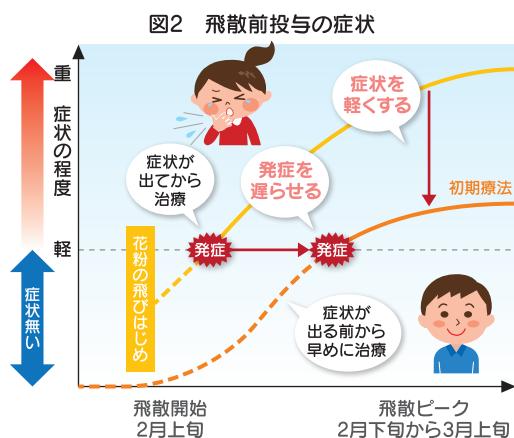


図3 スギ花粉症に対する舌下免疫療法の時期について

舌下免疫療法

- スギ花粉症と、
- ダニ抗原による通年性アレルギー性鼻炎の2種類のみ医療保険適応

スギ花粉症は、スギ花粉飛散期には開始できない
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
月 月 月 月 月 月 月 月 月 月 月 月



● アクセス



● 駐車場マップ



〒857-0136 長崎県佐世保市田原町17-10

TEL.0956-76-7379 FAX.0956-76-7363

たかさきクリニック <http://takasaki-clinic.org> HPはこちら→

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～午後12:30 受付は 午後12:15まで	○	○	○	○	○	○
午後2:30～午後6:00 受付は 午後5:45まで	○	○	/	○	○	/

《日曜・祝日 休診》



当日の順番予約と
診察待合状況の
確認はこちらから→

