

いきいき健康術 第85回

花粉症には正しい知識で適切な対処を!

このコーナーは、町立病院・診療所の医師や専門職員が皆さんにお届けする健康情報コーナーです。

今回の担当は、国保京丹波病院の妹尾高宏先生。発症する人の多さから国民病とまでいわれることもある「花粉症」の治療法などに関するお話です。

スギ、ヒノキ、ブタクサなど花粉に毎年悩まされている方も多いでしょう。花粉が原因(アレルギー)となつて起きるアレルギーが花粉症です。くしゃみや鼻水、目のかゆみだけでなく、喉のかゆみやイガイガ感、皮膚のかゆみ、頭がボーっとする、眠れないなど、鼻や目以外の症状が現れる人もいます。花粉症は年々増加しており日本では二九・八%の人に花粉症が認められ三〜四人に一人は花粉症です。スギ二〜四月、ヒノキ二〜五月(樹木は遠くまで花粉が飛ぶ)、ハンノキ三〜四月、イネ科(カモガヤ、ハルガヤなど)五〜十月(六月は梅雨で少ない)、ブタクサ八〜十月、ヨモギ九〜十一月などが代表的な花粉症の原因です。温暖化により年々飛散時期は長くなっています。

花粉症の対処法と治療法

①花粉(アレルゲン)の除去・回避

外出時にマスクやメガネを着用、洗濯ものは屋内に干す、掃除ではぬれ雑巾やモップで床を拭くなどの方法で花粉を避けてください。

②薬物療法

飲み薬や鼻に噴霧する薬、目薬などで、花粉症の症状を緩和します。症状にあわせてさまざまなお薬を組み合わせて処方します。症状ができれば速やかに治療をはじめ、症状がなくても花粉飛散予測日(くすりによつて)一〜二週間前)から治療を開始することをお勧めします。

③手術療法

花粉症ではあまり行われませんが通年性アレルギー性鼻炎に対しては、薬での治療が効かない方にレーザー治療などが実施されています。

④アレルギー免疫療法

今月から認められた新しい薬による治療です。アレルギーの原因となるアレルゲンを少量から舌の下に投与することで体をアレルゲンに慣らしアレルギー症状を和らげる治療法です。きちんと原因を診断し三〜五年間続ける必要がありますが、症状をおさえる従来の薬物治療と違って、「花粉症を治す」または「長期にわたつて花粉症の症状をおさえる」ことが期待できます。実施できる医療機関は限られますが治療の詳細や治療ができるかなどお気軽にご相談ください。

お知らせ

京丹波町病院では、平成二十六年四月から土曜日の内科・小児科の午前診療を、毎週行っています。

☎86-0220



内科医師
妹尾 高宏 先生(国保京丹波病院)