



## 健やか豆知識

第10回

# Q. スギ花粉症が 問題になっているのは?

I 日本だけ II アジア一帯 III 世界中



## スギ花粉症は、やはり花粉を避けるのが基本!

花粉症はさまざまな花粉で発症しますが、その代表的なものがスギ花粉症です。スギは古来より建築資材として重用された日本固有のもので、花粉が飛ぶスギは樹齢30~50年の木で、近年、大きく成長したスギの木が開花適齢期を迎えています。スギ花粉症は国民病といわれるほど、ますます増加し、かつては早くても小学生になってから発症するといわれていましたが、最近は低年齢化しています。

症状は、スギ花粉が鼻の粘膜に触れると「くしゃみ、鼻水、鼻づまり」、目の粘膜に触れると「目のかゆみ、目の充血、なみだ目」などが特徴的です。風邪の症状は1週間程度で治るのに対し、花粉症は花粉の飛散が収まるまで症状が続きます。いつまでも治らないからといって風邪薬を飲み続けたり、症状が軽いからと放っておいたりといった間違った対処をしてしまいがちですが、正しい薬を使うよう注意が必要です。

治療は薬物療法、アレルギー免疫療法(舌下免疫療法)、手術療法がありますが、その前に、まず「スギ花粉の回避」が効果的です。花粉が飛ぶ季節はなるべく外出を控えて、どうしても外出するときはマスクやメガネを使います。また、花粉が衣服にからまらないように毛織物を控えたり、帰宅したら玄関で衣服や髪をよくはらったり、洗顔やうがい、鼻かみをするのも有効です。さらに洗濯物の外干しは控えて、換気も短時間にしましょう。

お薬は抗ヒスタミン薬の内服や点鼻、ロイコトリエン受容体拮抗薬の内服、ステロイド点鼻薬などがあります。抗ヒスタミン薬は医師に眠くなりにくいものを選んでいただきましょう。鼻づまりが苦しいときはロイコトリエン受容体拮抗薬やステロイド点鼻薬がよく効くことがあります。

最近は「アレルギー免疫療法(舌下免疫療法)」が保険診療で行えるようになり、スギ花粉症を根本的な治療に導くこともできる時代となりました。詳しくは専門の医師に相談してみてください。

監修 今井 孝成 昭和大学医学部小児科 教授

< I 掘江 >

高田製薬株式会社

〒336-8666 埼玉県さいたま市南区沼影1丁目11-1

高田製薬

www.takata-seiyaku.co.jp

さらに詳しい情報は  
ホームページで! <<<

⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください