

令和6年2月19日(月)「教えて!!ドクターQ&A」

神奈川新聞④ 花粉症

(質問) 毎年、花粉症に悩まされているので、これまでは市販薬を飲んでいましたが、病院に行ってみようと思っています。花粉症対策として、どんな治療法があるのでしょうか。

(回答) 花粉症は花粉によって生じるアレルギー疾患の総称であり、アレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎とがあります。国民のおよそ20%が花粉症にかかっているとされており、またその70%はスギ花粉症であると推察されます。スギの花粉には「抗原」と呼ばれるたんぱく質(Cryj1,Cryj2)が含まれており、これが鼻などの粘膜にはいるとマクロファージ、T細胞、B細胞などがかかわる免疫反応を引き起こします。このことはやがてヒスタミンやロイコトリエンというアレルギーの原因となる物質の放出につながります。ですから、花粉症の治療としては、これらの物質が働かないような状況を作り出せばよいことになります。

花粉症の治療には、大きく分けると対症療法と根治療法とがあります。対症療法としては、第二世代抗ヒスタミン薬、抗ロイコトリエン薬、化学伝達物質抑制薬(内服薬、点眼薬、点鼻薬があります)や鼻噴霧用ステロイド薬、点眼ステロイド薬が用いられます。一般に、鼻水が主体の場合には第二世代抗ヒスタミン薬と化学伝達物質抑制薬が、また鼻づまりが主体の場合には抗ロイコトリエン薬や鼻噴霧用ステロイド薬が適応となります。より鼻づまりが強い場合は、点鼻用血管収縮薬なども使われます。点眼ステロイド薬を用いる場合には、眼圧の上昇に注意が必要です。

次に根治療法ですが、これは特に症状の重い方が適応となります。抗原特異的免疫療法または減感作療法と呼ばれるもので、花粉の抽出液をはじめは薄いものを注射し、次第に濃度を上げて注射し、花粉抗原に対する防御を獲得させる方法です。注射の間隔は1週間に1回から1か月に1回で、2年以上続ける必要があります。スギ花粉症の場合、この方法で80%の方に効果があったとのこと。減感作療法は、大学病院はじめ基幹病院、アレルギー科や耳鼻科のクリニックで行われています。最近では注射によらず、花粉エキスを舌の下に含む方法も出てきました。

自分で行える花粉症の予防対策としては、日ごろから花粉情報に注意して花粉の飛散が多いときは外出を控えたり窓を閉め切ったりする、花粉除けのマスクやめがねを使う、帰宅時に外で衣服や髪をよく払う、洗顔やうがいをして鼻をかむ、室内をこまめに掃除する、などがあげられます。