

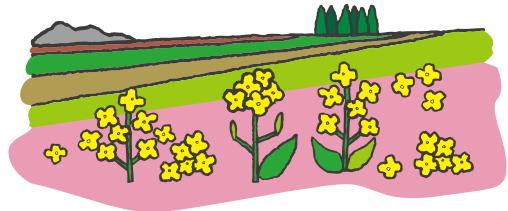


けんこうNetはホームネット(株)が提供する看護師監修の身近な健康に関する情報です。

花粉症対策



花粉症をもつ人にはつらい時期の到来です。花粉症でない人もいつ花粉症になるかわかりません。毎年激しい症状でお悩みの方は初期療法が有効です。症状の出始めに薬物療法を開始することで、重症化を押さえられます。早めの対処でいつもより心地いい春を迎えるために準備をしてみてはいかがでしょうか。



花粉の種類と飛散開始時期

花粉は世界中で飛び交っています。日本では約50種類が報告されています。春の花粉症シーズンに多く飛散するのは主にスギ花粉ですが、スギ花粉に敏感な方の70%にヒノキ花粉にも反応する例があるようです。2013年は関東・東北エリアでの飛散状況は「昨年の2~5倍」と予測されています。「例年のおよそ1.5倍」とみられています。飛散時期は例年並みか例年より遅いようです。2月中旬に九州・四国・東海・関東から花粉シーズンが始まるようです。

(花粉情報) <http://season.tenki.jp/season/pollen/> ←クリックするとサイトへ移動します

【治療】 飛散予定時期の2~3週間前に受診し花粉症対策を開始しましょう。

<根治療法>

減感作療法:アレルギー症状を起す原因物質のエキスを長時間少しづつ注射して、身体をアレルゲンに慣れさせる方法。最近は舌下減感作療法という、注射ではなく経口投与の治療方法があり、処方の抗原エキスを自宅で服用して出来る治療なので通院回数が減らせることが利点ではあります。1~3年程の長期に渡る治療で根気がいる治療方法です。



<対症療法>

抗ヒスタミン薬:既に出てるアレルギー症状(くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなど)を緩和する為の内服治療。薬剤師に相談しながら薬局でも購入可能。花粉(アレルゲン)のタイプにより処方内容が異なる為、早めに受診相談を。眠気をもよおす可能性ある為、運転や細かい作業をする方は注意を

化学伝達物質遊離抑制剤:肥満細胞からの化学伝達物質の放出を抑制。「アレルギーの鍵穴をブロック」薬の作用はマイルドで効果発現に2週間程度要します。副作用は少なく、くしゃみ、鼻水の主症状に効果的

局所ステロイド投与:主に点鼻薬として使用。通年性アレルギー性鼻炎の場合は長期に、季節性アレルギー性鼻炎の場合は花粉の飛散時期に使用。全身に使用するステロイドと違い人体への悪影響は少なく、受診処方が必要です。

レーザー治療:レーザー手術は鼻の穴の粘膜に直接レーザー光線を照射して、粘膜をやんわりと焼く方法です。

レーザー治療後は花粉(アレルゲン)が入っても粘膜の過剰反応を抑える事が出来ます。花粉症そのものが完治するわけではありません。

半年から2年もたつとの粘膜に再生し、効果が薄れます。症状がでてからの手術はできませんので、鼻づまりなど症状が出る前に医師に相談を

* 市販薬の洗浄液で目・鼻を洗浄するとかえって症状悪化につながる場合がある為注意が必要です。医師へ相談を。

