

花粉症

メカニズムと治療

春になると多くの日本人を憂鬱にするスギ花粉。スギ花粉症は人々の関心の高い社会問題となっていますが、花粉症はほかの植物由来のものもあります。適切な治療を受けて、快適に過ごしたいものです。



森田 寛

河北総合病院 分院
呼吸器内科

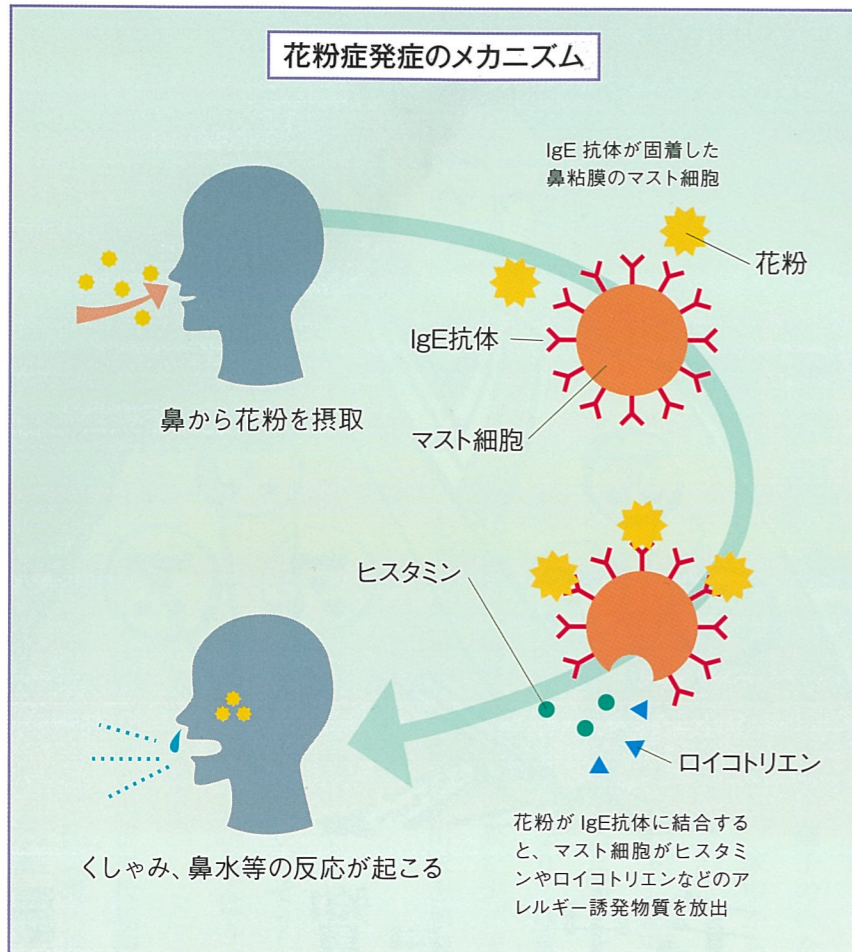
日本内科学会認定内科医 / 日本アレルギー学会専門医 / 日本呼吸器学会専門医 / 日本医師会認定産業医

スギ花粉のアレルギーによって起こるスギ花粉症は、日本人の30%程度が罹患しており、よく知られています。しかし、スギだけでなくシラカンバやブタクサなど、他の花粉による花粉症もあります。また、食物アレルギーとも深い関係があります。

発症するので「枯草熱」と呼ばれました。しかし、20世紀になり、花粉アレルギーによる疾患であることがわかりました。戦前は、我が国に花粉症は存在しないとされていましたが、スギ花粉症が毎春、日本人を悩ませているのはご存知の通りです。長い間、花粉症は手軽で効果の高

で改善しますが、鼻閉は抗ヒスタミン薬ではあまり改善せず、抗ロイコトリエン薬や鼻噴霧用ステロイド薬が必要になります。ステロイド点鼻薬は鼻症状全般に効果があります。眼症状には抗ヒスタミン点眼薬や抗アレルギー点眼薬、ステロイド点眼薬が使われます。

③アレルゲン免疫療法
アレルゲン免疫療法はアレルゲン（アレルギーを起こす原因物質）を体の中に入れ、根本的な体質改善を期待する治療法で、約100年の歴史があります。これまでは皮下注射でアレルゲンを繰り返し投与する皮下免疫療法だ



い治療法がありませんでしたが、最近、スギ花粉による舌下免疫療法が開発され、治療が期待できることから注目されています。

発症のメカニズム

花粉症の患者さんは花粉に対するアレルギーを起こす抗体をもっています。これをIgE抗体といいます。IgE抗体は鼻の粘膜に存在するマスト細胞という細胞の表面に固着しており、花粉が鼻の粘膜にやると花粉がマスト細胞表面のIgE抗体に結合します。その結果、マスト細胞は活性化され、ヒスタミンやロイコトリエンという物質が遊離されます。

ヒスタミンが鼻粘膜の神経末端に働くと、くしゃみや鼻汁が生じ、ロイコトリエンが鼻粘膜の血管に働くと鼻の粘膜が腫脹して鼻閉（鼻詰まり）が起こります。目の結膜でも鼻の粘膜と同様の反応が起こり、目のかゆみ、流涙が生じます。

けでしたが、数年前にスギ花粉の舌下免疫療法が開発されました。この治療は通院して注射を受ける必要がなく、舌下錠を自宅で毎日服用すればよいので、手軽なため広く普及しています。有効率は80%前後、治療期間は2年以上、3～5年が推奨されています。薬が必要なくなる場合もありますので、長期の寛解や治療を望む患者さんにはおすすめです。

花粉・食物アレルギー症候群

シラカンバ・ハンノキ花粉症ではリンゴ、西洋ナシ、サクランボ、モモなどのバラ科の果物を食べると口唇、舌、口蓋、咽頭、喉頭などに急な痒み、刺激感、腫れなどが起こることがよくあります。これは花粉アレルゲンとバラ科の果物アレルゲンに共通の成分が存在するからです。

スギ花粉症では頻度は高くはありませんが、トマトで口の中にアレルギー症状が出る場合があります。症状が起こる果物や野菜を避けるのが大切です。

花粉症を起こす花粉の種類

スギ花粉があまりにも有名ですが、花粉症の原因になる花粉はスギ以外にヒノキ（3～5月）、シラカンバ（4～5月）、カモガヤ（5～6月）、ブタクサ（8～10月）、ヨモギ（9～10月）、カナムグラ（8～10月）など、いろいろあります。

症状がスギ花粉の季節に合わない時はこれらによる花粉症の可能性があります。

治療

①花粉の回避

スギ花粉症では、花粉飛散時の外出を控え、外出時にマスク、メガネを使うなどして花粉を回避するように努力することが重要です。

②薬物療法

鼻症状には抗ヒスタミン薬、抗ロイコトリエン薬、鼻噴霧用ステロイド薬が主に使われます。抗アレルギー薬と呼ばれる薬剤も使われます。

けんこじメモ!

大人の風しん、麻疹、帯状疱疹の予防接種

大人が打つべきワクチンのうち、特に重要な「風しんワクチン」「麻疹ワクチン」「帯状疱疹ワクチン」を取り上げます。（*現在、日本には風しん・麻疹の単独のワクチンはなく、必要な場合は麻疹風しん混合ワクチンを接種します）

●風しんワクチン

風しんは胎児への悪影響が大きい病気です。妊娠を希望する女性と周囲の全ての人にワクチン接種が望まれます。昭和37年から54年の間に生まれた男性や、妊娠を希望する女性などは、自治体の助成で検査・ワクチンが受けられます。

●麻疹ワクチン

麻疹は感染力がとても強い、危険な感染症です。昭和47年以前に生まれた方は麻疹ワクチンを受けていません。ぜひ医療機関に相談しましょう。

●帯状疱疹ワクチン

帯状疱疹は年齢とともに増加し、80歳までに3人に1人が経験するといわれています。ワクチンで発症を約50%減らすことができます。60歳を超えたらワクチンを打ちましょう。