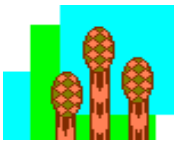
土川内科小児科ニュース

花粉症特集号

発行者：土川内科小児科
〒963-8025
福島県郡山市太田町3-3
TEL：0243-22-6656
編集責任者：土川博

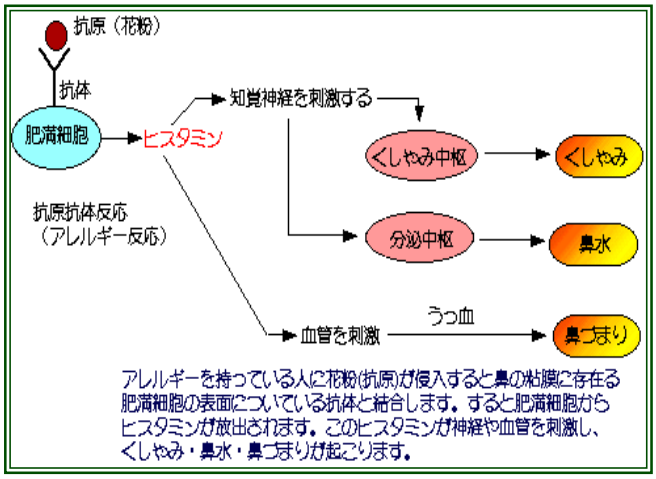
今年も、まもなくいやな花粉症の季節がやってきます。今年の花粉予報は昨年の3～4倍と予想されているようです。そこで今月は花粉症をとりあげてみます



花粉症は植物の花粉に対するアレルギーが原因で起こる疾患です。日本人の約十二％前後にみられるといわれるスギ花粉症が有名ですが、ほかにひのきやイネ科の雑草、キク科の雑草に対するものなどがあります。

スギ花粉症の方は5月の連休明けぐらいまで、ヒノキ花粉症もある方は5月いっぱい、イネ科の花粉症の方は秋までとなかなか大変です。花粉症の診断では風邪との区別が問題になりますが、症状から区別する方法としては、鼻水の他に目のかゆみを伴って、毎年同じ頃に症状がでる場合は花粉症の疑いが濃厚です。喉や鼻の奥の痛みはどちらの場合でも見られますが、発熱・咳などの症状は花粉症では見られませんので、鼻水の他に咳を伴う場合などは、風邪の可能性が高くなります。しかし、正確に診断するためには、血液検査が必要で、スギやヒノキなどに対する抗体ができているかどうかを調べます。花粉症ではないかと思う方で、まだ一度もこの検査を受けていない場合は、一度調べることをお勧めします。診断が確定することで、治療がしやすくなります。

アレルギーとは：人のからだには体内に侵入してきた異物（アレルゲン）をやっつける防衛体制（免疫）が備わっていますが、ある特定の物質に対してこの反応が過剰に働いてしまうことです。



次に花粉症の治療についてですが、現在のところ、花粉症はまだ完全に治すことはできません。しかし、症状をコントロールすることは、かなり容易にできるようになりました。花粉症に使う薬には、大きく分けて、症状を出さないようにする薬（予防薬）とでてしまった症状をコントロールする薬（対症療法薬）の2種類があります。シーズン中は予防薬で症状を予防し、症状がひどいときは対症療法薬を服用するというのが一般的です。予防薬には約1ヶ月前から服用しないと効果が期待できないという気の長いものもありますが、1ヶ月前から服用したからと言って必ずしも効果が期待できるとは限りません。そのため、当院ではこの種類の薬は使っておりません。1ヶ月も服用してもらいながら効果がでないなんて、申し訳ないことだと思うからです。しかし、当院で使っている予防薬でも、安定した作用が見られるまでには、十日前後かかると考えてください。目薬も今までは1日4～6回のものだけでしたが、長時間作用型のものも開発されて一日2回で予防できるようになりました。また花粉症の薬は一般的に眠くなる副作用を持っているものが多いのですが、ほとんど眠気のでないものも何種類かありますので、薬を服用すると、眠くてたまらないという方はその旨ご相談ください。また、現在処方された薬では症状がうまくコントロールできない場合も、あきらめずにその旨お話ください。いくつかの方法の中からきっとコントロールできる方法が見つかるはずです。

何十年か先には花粉症を完治させることができるようになるかと思いますが、それまではお互いがんばって花粉症のコントロールにつとめましょう。

★二月頃の新聞で花粉症の薬の一つに重篤な副作用の見られたことが報道されていました。当院ではこの薬は以前より使っておりませんので、ご安心ください。

【花粉症のくすり】 *当院で使用している主な薬です*

抗アレルギー剤（アレルギー反応を押さえる）
- ＊アレジオン錠：1日1回の服用。あまりねむくならない
- ＊セルテクト錠：1日2回。作用はやや強いが、少し眠くなります
- ＊ザジテンDS：1日2回。作用は中くらい、眠気少々
- ＊ペミラストン点眼液：1日2回。定期的に使うのがポイント

抗ヒスタミン剤（放出されるヒスタミンの作用をブロックする）
- ＊エバステル錠：ニューフェース。1日1回。眠気ほとんどなし
- ＊メキタジン錠：1日2･3回作用はやや弱いがほとんどねむくならない
- ＊タベジール錠（DSもあり）：1日2回作用中くらい。眠気も中くらい
- ＊ポララミン錠：1日2回。作用中くらい。眠気も中くらい
- ＊ダンリッチ錠：1日2回。作用強いが、眠気もかなり。平気な人もいる

ステロイド剤（炎症をおさえる）
- ＊ピトス点眼液：0．02％と0．1％の2種類がある
- ＊フルナーゼ点鼻薬：鼻づまりがひどい時につかう

その他
- ＊小青竜湯：漢方薬。眠気は全くなし。作用やや弱

日常生活での注意点
- ＊花粉予想で、警戒日はできるだけ、外出を控える
- ＊外出のときに、めがねをかけたり、マスクをしたりする。
- ＊外出から帰ったら、目を洗う、うがいをする、鼻を洗う。
- ＊家の窓を必要以上にあけない。
- ＊布団干し、洗濯物を干す場所に気をつかう。

診療時間のお知らせ
午前：9時～12時
午後：2時～ 6時
（土曜日は午後5時）

★今月は特に臨時の診療時間変更および臨時休診の予定はありません。