

欠かせません。予防や治療と言いつつ、まず薬物療法を考えがちですが、それと並行して、セルフケアが必要です。スギ花粉症は、通年性のアレルギーと違い、スギ花粉が原因としてはつきりしているの
で、接触しないようにするのが一番です。帰宅時に衣服をはたくとか、拭き掃除を
まめに行うなど必要ですし、マスクや
メガネ等は、高い予防効果があることが

証明されています。薬物療法についても、予防段階からの抗アレルギー剤の内服は、①発症を遅らせる、②本格飛散後の症状を軽減することから、本格飛散の2週間前11月上旬までに服用開始するのが効果的です。どうしても症状がないと様子を見てしましますが、予防から始めることをお勧めしています。

花粉症を治療する



症状が実際に出てきた場合、基本的には、抗アレルギー剤、抗ヒスタミン剤、の内服や、外用薬(点鼻薬、点眼薬)を組み合わせて処方しています。抗ヒスタミン作用の強い薬は、鼻水、くしゃみなどに即効性がありますが、眠気、口の渇き等の副作用が強い傾向にあるので、本人の症状に適した処方を中心に心がけています。

内服薬が効かない、内服薬を服用するのが煩わしい等で、他の治療はないだろうかと考えている方には、レーザー等を使用した鼻粘膜焼灼術を行う方法もあります。鼻閉で困っている方には効果的で、局所麻酔の後、約30分程でアレルギー反

応を起こしている鼻粘膜を焼いて反応を起こさなくする方法です。外来で短時間で処置できて、内服薬の減量も可能ですので、興味がある方は、ぜひご相談ください。効果の持続時間は、まちまちですが、おおよそ1年弱で、8割程の方に効果があると言われています。その他にも、鼻中隔矯正、下鼻甲介切除といった、鼻閉の原因となっているものを、直接切除するような手術もあります。

以上が当院で行っている主な治療ですが、その他にも治療法がありますので何でもご相談ください。

こんな治療もあります

Q&A

どの治療が一番いいの？

まさに人それぞれです。耳鼻科ではご本人の体質と希望に応じていろいろな方法を使い分けていますので、ぜひ一度ご相談ください。

体質を改善する注射があると聞きましたが？

減感作療法と言われるもので、スギなら何万倍にも薄めた溶液から少しずつ濃いものにかえて徐々に体を慣らしていく方法です。現在のところは花粉症に対する唯一の根治的治療法と言われています。しかしこの療法は効果を得るのに数年かかることなどから実際にスギ花粉症に対して行っている方は少ないようです。

シーズン前に注射するとすごくいいと聞いたのですが？

脂溶性ステロイドの筋肉注射と思われます。1999年版鼻アレルギーガイドラインでは好ましくないと評価されています。確かに効果は抜群ですが、筋肉萎縮、胃、皮膚潰瘍副腎萎縮、その他副作用が多く、安易にはお勧めできません。同じステロイドでも外用薬にはこのような全身副作用はなく、こちらは割と安心して使用できます。

静岡県の花粉情報

今でこそ多くの花粉情報が新聞やテレビで報道されていますが、静岡県では全国に先駆けて花粉飛散調査を行い情報提供がなされてきまし

た。最新の花粉情報は、静岡済生会病院のホームページで提供している静岡県花粉症調査委員会による報告を参考にしてください。

<http://www.siz.saiseikai.or.jp/~jibika/kafun.html>

