

花粉症で誘発

今年も花粉症の季節がやってきた。環境省によると、県内では今月中旬からスギ花粉の飛散が本格化しており、ヒノキも合わせた今年の総飛散量は昨年の1・7倍に上ると予測される。岡山大学院医歯薬学総合研究科の岡野光博准教授（鼻科学）に花粉症のメカニズムや対策について聞いた。（岡崎創史）

ぜんそくやアトピー性皮膚炎

「花粉症はどのようにして発症するのか。」

「西日本では昨年以上のスギやヒノキの花粉が体内に入ると、体が異物と認識し、対抗するための抗体ができる。花粉が再び入ると、特別多くはならないが、この抗体が結合した肥満細胞からヒスタミンなどの化学伝達物質が放出され、鼻や目の神経を刺激してくしゃみや鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどを引き起こす。ひどい場合はせきが出たり、頭痛、腹痛を起こしたりすることもある。」

「治療法は。」

「一時的に症状を和らげる薬物治療と、根本から治す。」



花粉症の対策などを話す岡野准教授

岡山大学院 岡野准教授 子どもに注意して

免疫療法がある。薬物治療は、くしゃみや鼻水に効く抗ヒスタミン剤などを毎日服用する。症状が重くなれば、近年は鼻噴霧用ステロイド薬が有効だ。免疫療法は、花粉の抗原を体に投与し、徐々に慣れさせてアレルギー反応を起こさないよう体質改善する方法で、注射と「舌下免疫療法」がある。より効き目があるのは注射だが、痛みや副作用の可能性を伴う。舌下免疫療法は花粉エキスを舌の下に2分間ほど含んでから飲み込む。できれば毎日、3年くらい続ける。

「日常生活で気をつけることは。」

外出時はマスクや眼鏡を使い、手洗い、うがいをしっかりとしてほしい。花粉が多い日は洗濯物の外干しを避けたり、空気清浄機を使ったりする。食べ物ではヨーグルトに花粉症を緩和する効果がある。鼻腔が狭い子どもは影響を受けやすく、一つのアレルギーを抱えると、ぜんそくやアトピー性皮膚炎などを起こしやすい。目をこするなど、かゆみによる身体兆候が出ていないか、保護者はよく注意してほしい。

（C）山陽新聞社 無断複製・転載を禁じます。