

的確な花粉症の治療のために

花粉症ってどんな病気？

花粉症は、花粉によって生じるアレルギー疾患の総称であり、主にアレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が生じます。花粉が鼻に入ると、直後にくしゃみ、鼻汁が生じ、少し遅れてから鼻づまりの「即時相反応」が生じます。このときの鼻の粘膜は、風邪に近い赤い色の腫脹を起こします。このため、初めて花粉症になったときには、検査をしなければ、風邪と間違える場合もあります。

目に花粉が入ると早くから目がかゆくなり、涙が流れ、目が充血してきます。症状が強いときは、鼻で吸収されなかった抗原成分が鼻から喉へ流れ、喉のかゆみ、咳を生じます。また、鼻づまりによる頭痛、鼻や喉の炎症反応による微熱、だるさなどの症状にも悩まされます。

家の中にいるときなど、花粉がない状態でも症状はありますが、多くは花粉の繰り返し吸入による鼻づまりの症状が主体です。こ

れをアレルギー反応の「遅発相反応」と呼びます。

●アレルギー性鼻炎と風邪を見分けるには？

くしゃみ、鼻汁、鼻づまりは、アレルギー性鼻炎の3大症状といわれますが、風邪でも同じような症状がみられます。

●アレルギー性鼻炎と風邪を見分けるポイント

アレルギー性鼻炎	風邪
・症状はシーズン中または1年中続く ・発熱はほとんどない ・目のかゆみや充血がある	・1週間ほどで良くなる ・熱が出ることが多い ・咳やたん、喉の痛みがある

花粉症の治療

●早めにお医者さんに行って、困っている症状をきちんと伝えよう

あなたに1番合った治療をするための近道です。

●アレルギー(アレルギーの原因)を診断してもらう

自分のアレルギーに応じたセルフケアができます。

●治療は自己判断で途中でやめないで

症状が良くなってきても、自己判断せずにまずはお医者さんに相談することが大切です。

花粉症の治療はほかの鼻や目のアレルギーの治療と基本的には同じですが、急に強い症状が起こることにも注意しながら進められます。治療法は対症療法と根治療法の2つに分類されます。

1) 対症療法	2) 根治療法
・点眼薬、点鼻薬 ・内服治療 ・レーザーなどによる手術療法	・アレルギー免疫療法 ・原因抗原(花粉)の回避と除去

予防法とセルフケア

・花粉情報に注意する

・掃除を心掛ける

・飛散の多いときの外出を控える

・外出時にマスク、眼鏡を使う

・帰宅時は、衣服や髪をよく払ってから入室する。洗顔、うがい

をして鼻をかむ

・マスクや眼鏡が有効です

鼻と目に花粉が付着しないようにするための防御器具が有効です。

着用違和感のない花粉症用眼鏡も販売されていますが、通常の眼鏡だけでも、眼鏡をしていないとき

に目に入る花粉量が半分以下になります。また、花粉の季節には、コンタクトレンズ使用の人は花粉

がレンズと結膜の間で擦れるので、眼鏡に替えた方が良いでしょう。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎ 43-2836

佐賀支所地域住民課保健センター

☎ 55-7373