



治らないとあきらめずにまずは医療機関で相談を 進歩しているスギ花粉症の治療

スギ花粉の飛散時期が終わり、ホッとしているスギ花粉症の方は多いのではないのでしょうか。従来の対症療法に加え、
体質改善が期待できる根本治療が健康保険の適用となるなど、近年スギ花粉症を含めたアレルギー性鼻炎治療の選択肢が広がっています。
“しょこたん”こと、タレントの中川翔子さんが、免疫アレルギー性疾患のエキスパートであり、
花粉症治療の第一人者・大久保公裕先生にスギ花粉症治療についてお聞きしました。

日常生活にも影響することがある スギ花粉症のつらい症状

中川 私の周りにはスギ花粉症で悩む人がたくさんいます。花粉が飛んでいるからといって外に出ないわけにもいかないと、仕事に支障が出て大変だという方もいます。
大久保 お子さんからお年寄りまでの日本人の26・5%、さらに10歳代、50歳代では3割以上の方がスギ花粉症にかかっていると推測されています（※1）。
中川 花粉症の方でも1年中、鼻がつまったり、くしゃみをしている人を見かけますが、人によって症状の出る時期が違うのでしょうか。
大久保 花粉症は花粉によって引き起こされるアレルギー疾患で、その多くはスギ花粉が原因です。通常、スギ花粉は1月から5月のゴールデンウィーク頃まで飛散するので、その間がスギ花粉症の時期となります。ただし、花粉症を引き起こす植物はスギ以外にもたくさんあり、ほぼ1年中何らかの花が飛んでいます。それらの花粉にアレルギー反応を起こす人だと、1年中、花粉症に悩まされることとなります。あるいは、花粉症と違って、ダニやハウスダストが原因の通年性アレルギー性鼻炎の場合もあります（図1）。そういった症状に心当たりがある人は医療機関で原因を調べてもらうとよいでしょう。
中川 スギ花粉症の時期は受験シーズンや仕事の繁忙期など、大事な場面の多い季節だと思えます。この時期に鼻水などのつらい症状に悩まされるのは本当に困りますね。
大久保 花粉症は、病気による症状のつらさだけでなく、目の症状によつても見えにくいか、鼻水がたれて集中できないなど、日常生活にも影響がでることがあります。また、若い頃に発症すると、何十年もスギ花粉症に悩まされることになってしまいます。
中川 それはつらいですね。でも、つらくても花粉が飛んでいる間の一時的なものだから、我慢して過ごしている方も多いのではないのでしょうか。



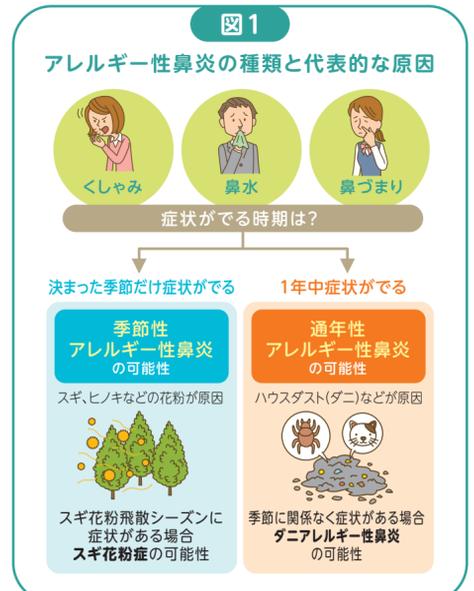
大久保公裕先生

日本医科大学大学院医学研究科
頭頸部・感覚器科学分野 教授

対談

中川翔子さん

(タレント)



症状を抑える対症療法と 体質改善を目指す根本治療

中川 花粉症は自然に治ることはないのです。
大久保 スギ花粉症であればスギ花粉が飛ばない、つまり、スギがあまりない北海道や沖縄に転地しない限り、自然治癒はほぼ望めません。
中川 転地が難しい場合、マスクや眼鏡などで花粉を回避する以外に、どうすればよいのでしょうか。
大久保 薬局で自分で薬を購入して対処する方法もありますが、医療機関で行う治療として、主に症状を軽減したり抑制する対症療法と、アレルギー体質の改善をすることで、根本的に治療する方法があります。アレルギー症状が出ていることを、コップから水があふれている状態に例えると、あふれた水を拭き取ることで対処していくのが対症療法、コップを取り換えることで水があふ



ないようにするのが根本治療です（図2）。
中川 具体的に、対症療法とはどういうものがあるのですか？
大久保 対症療法には、アレルギー治療薬の内服や点鼻薬、目薬といった薬物療法があります。鼻や目など、症状が出ている部分に応じた薬が選択でき、比較的早く効き目が現れます。
中川 では、もうひとつの根本治療について教えてください。
大久保 アレルギーの原因物質を少しずつ体内に投与して徐々に体を慣らし、アレルギー反応を起こ

来年に向けて今こそ 医療機関で相談を

中川 簡単にできて、完治するかもしれない治療法があるとはまったく知りませんでした。舌下免疫療法はこの医療機関でも受けられるのですか？
大久保 舌下免疫療法を実施できる資格を持っている医師がいる医療機関のみ、治療を受けることができます。治療の相談ができる医療機関はインターネットでも検索することが可能です。
中川 治療を開始するならば、どのタイミングで医療機関に行くのがよいのでしょうか。
大久保 対症療法であれば、花粉が飛び始める1〜2週間前から開始するとより有効です。一方、スギ花粉症に対する舌下免疫療法はスギ花粉が飛散していない時期に治療を始めます。「喉元過ぎ

舌下免疫療法を含めた治療法の相談はこちら

舌下免疫療法は特定の医療機関のみで実施が可能です（健康保険の対象となる治療法です）

詳しく知りたい方は **舌の下**

（※1）鼻アレルギー診療ガイドライン作成委員会・鼻アレルギー診療ガイドライン「通年性鼻炎と花粉症」2016年版（改訂第8版）P.サイエンス、2016