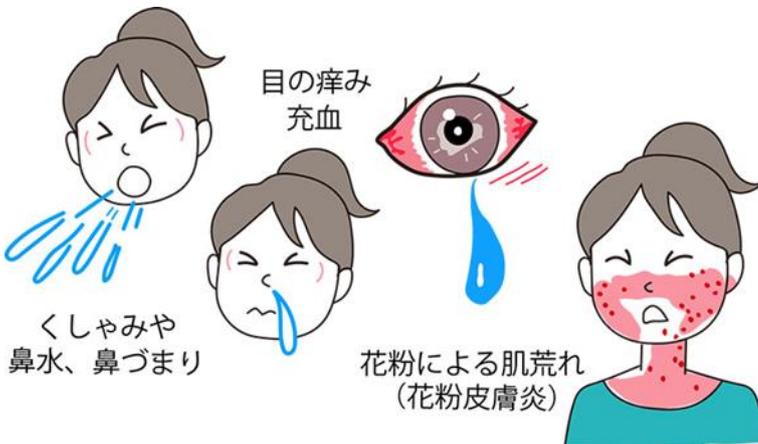


今年もやってきましたね。花粉の季節。花粉症の方はそろそろかな、いつまで続くかな、と落ち着かないことと思います。花粉症でない方も、いつなるかわからないのが花粉症です。ですので、花粉症の最新の治療法について知っておいていただければと思います。



【最新の花粉症治療について】

日本人のアレルギー性鼻炎の有病率は年々増加し、この20年で1.5倍の49%、花粉症は約25倍の39パーセントにも。まさに国民病といわれる病気です。

適切な治療を受けず、花粉症の症状を悪化させてしまったり、生活の質(QOL)の低下が長引く方も多くいます。花粉症は仕事や家事効率の低下のみならず、学力、成績、記憶力の低下を指摘する研究調査もあり、早期に治療し、重症化させないことが重要です。

その治療ですが、知っておいてもらいたいポイントがあります。

① 花粉をとにかく体内に入れないように！

治療のスタートは、花粉症をよく知ることから。この病気は、花粉をできる限り体内に入れない工夫が必要です。飛散シーズンはなるべく外出を避ける。外出時はマスク・メガネなどの防御をし、花粉が付着しにくい表面がサラサラした素材を選ぶ。また、帰宅時は一番外側のアウターを部屋に持ち込まない、ウエットティッシュで服の外側をぬぐうなど、花粉を部屋へ入れないことが大切です。

② 薬の服用は症状が重症化する前から

花粉情報を参考に、花粉が本格的に飛び始める頃または症状が少しでも現れた時点から薬の服用を始めましょう。症状がひどくなってから薬を服用しても、高い効果が期待できません。薬は本格的な症状が出る前に飲むことで、その症状を抑える働きをすることを覚えておきましょう。

③ 市販のスプレー薬は危険？

市販のスプレータイプの薬を繰り返し使うことは注意が必要です。スプレー薬に血管収縮剤が入っている場合、使い過ぎにより鼻の粘膜が腫れて、かえって鼻づまりの症状がひどくなる場合があります。ドラッグストアなどで購入の際は、薬剤師に血管収縮剤が入っているものかどうかを相談しましょう。医師より処方されるスプレータイプの薬は、中身がはっきり

分かっていますので安心して使用することができます。

基本のポイントを理解いただいた上で、医療現場での花粉症最新治療法をお伝えしていきます。

治療の様々な選択肢

1. 薬による治療

①抗アレルギー薬

抗ヒスタミン薬:花粉症症状の原因となるヒスタミンという物質の働きを抑える薬です。くしゃみ、鼻水、目のかゆみなどの症状に効果を発揮します。現在、花粉症治療の中心となっている薬剤です。

抗ロイコトリエン薬:鼻づまりに特に効果的な薬です。抗ヒスタミン薬と併用されることもあります。

ステロイド点鼻薬:鼻の粘膜の炎症を直接抑える薬です。全身への影響が少なく、効果が高いことが特徴です。ただし即効性はあまりありません。

点眼薬:目のかゆみや充血に対して使用します。抗アレルギー薬やステロイドの点眼があります。最近では塗るタイプの治療薬も出てきました。

②舌下免疫療法

アレルゲンの入った治療薬を舌の下に投与するのが「舌下免疫療法」です。この治療はこれまでの飲み薬のような対症療法ではなく、長期にわたり投与して体質を変えることにより、根本的な改善を目標にした治療法です。1日1回、毎日自宅で服用し3~5年間にわたり服用を継続します。体質から根本的に治療できるため、80%以上の人に効果があり、薬の副作用が少ないため、推奨される治療法です。

メリット

- ①多くの人に効果がある
- ②大きな副作用は極めて稀である(またはほとんど無い)
- ③子供も服用できる
- ④子供がこの治療法を続けた場合、成長後の他のアレルギー症状を抑える効果も期待できる。また他の薬との併用が可能で薬の量を減らすことができる。
- ⑤自宅にて治療が可能(月に1回程度の定期的な通院は推奨されています。)

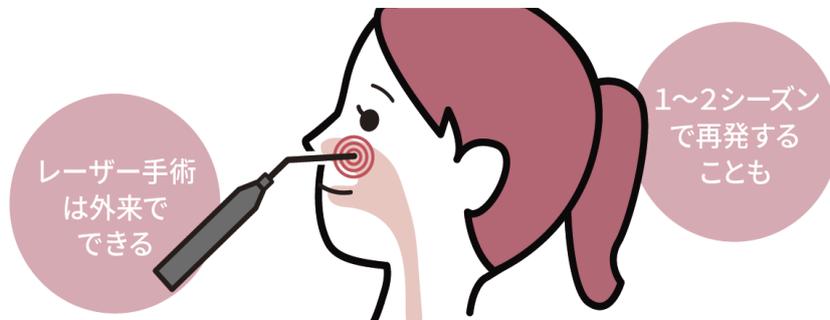
デメリット

- ① 治癒をめざすのであれば、治療期間が3年から5年と長期
- ② 現時点ではスギ花粉・ダニのみ治療対象

2. 手術による治療

①鼻粘膜変性手術

鼻の中の粘膜をレーザーなどで処理することによりバリアを作り、花粉が着いても反応を起こさなくする手術です。粘膜が縮まるため、鼻の中の空間が増え鼻詰まりも軽くなります。お近くの耳鼻科クリニックでの施術が可能。体質的に一度手術しても1~2シーズンで元の状態に戻ってしまう場合もあります。



②鼻腔形態改善手術

鼻の構造を適切なものに変える手術です。鼻炎が悪化して重度の鼻詰まりが続き、従来の治療では回復しない場合に行われます。鼻粘膜のボリュームを減らしたり、鼻の中を広くすることにより、空気の通り道を増やし、鼻詰まりを解消することにつながります。

③鼻漏改善手術

レーザー治療が効かなかった方も含めて、重度の鼻水に対する新しい手術方法です。下鼻甲介にある副交感神経と知覚神経を部分的に切断し、鼻水そのものを出ないように抑える効果があります。鼻内経路の後鼻神経切断術は、従来の神経切断手術に比べ、涙腺や知覚に与える影響が少なく、最小の損傷で高い効果が期待できます。

3. 抗体療法による最新治療

花粉症における抗体療法は、科学的に合成した一般的な医薬品とは異なり、生物から産生されるたんぱく質などを応用して作られた生物学的製剤を注射する治療法です。従来の抗ヒスタミン薬は、アレルギー反応が起こってできたアレルギー物質を打ち消すことで症状を抑えますが、この抗体療法では、花粉症などのアレルギー疾患に重要な働きをしているIgE抗体に結合し、ブロックすることで、アレルギー反応を起こさないように、未然に抑制する働きがあります。

スギ花粉症によるくしゃみ・鼻みずがとまらない・鼻づまりがひどいといった症状が飲み薬、点鼻薬などでもおさまらず、1日中花粉症で悩んでいる方、また、内服薬の眠気が強く、効果のある薬に出会えないといった重症のスギ花粉症の方にとって、検討する価値の高い治療法です。



対象

- ・スギ花粉症の重症または最重症の方
- ・季節性アレルギー性鼻炎の既存治療を1週間以上行い、あまり効果がなかった方
- ・スギ花粉抗原に対する特異的IgE抗体がクラス3以上の方
- ・血液中の総IgE値が30～1,500IU/mlの範囲の方
- ・12歳以上の方

メリット

- ①これまでの治療法が効かなかった患者さんへの治療効果の期待
- ②効果が約1カ月間ほど続くため、薬の投与の頻度が少ない。

デメリット

- ① 薬の価格が高い
- ② 注射の痛みがある
- ③ 治療開始までに数回の診察と検査が必要

治療について、いろいろ紹介させていただきましたが、自分の症状や状況にあったより良い治療法は見つかりましたでしょうか。お悩みの方はまずは耳鼻咽喉科を受診なさってどれが適切な治療法かご相談なさるのが一番と思います。政府も何とか花粉を減らそうと対策を練っているようですが、急に花粉がなくなることは難しいと思いますので、自分に合った治療を受けてこの季節を乗り越えていただければと思います。

参照 : 日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会 HP