



# 花粉症

2月は花粉症に悩む人が急激に増え始める季節です。花粉症の人はもちろん、いま花粉症でない人も突然発症する可能性があります。ぜひ予防法を学んでおきましょう。

## 花粉カレンダー

出典：鼻アレルギー診療ガイドライン作成委員会

花粉名	地域	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
スギ (スギ科)	北海道				■	■							
	東北			■	■	■							
	関東		■	■	■	■							
	関西		■	■	■	■							
	九州		■	■	■	■							
ヒノキ科	北海道				■	■							
	東北			■	■	■							
	関東		■	■	■	■							
	関西		■	■	■	■							
	九州		■	■	■	■							

木本の花粉 凡例

- 0.1~5.0個/cm<sup>2</sup>/10日
- 5.1~50.0個/cm<sup>2</sup>/10日
- 50.1~個/cm<sup>2</sup>/10日

## さまざまな症状を引き起こす「花粉症」。

花粉症とは、スギなどの花粉が目や鼻の粘膜に付着することによって、くしゃみや鼻水、目のかゆみなどのアレルギー症状を引き起こす病気です。体が花粉を異物と認識し、くしゃみや吹き飛ばそうとしたり、鼻水や涙で洗い流そ

“花粉に対する抗体が一定量まで蓄積されると誰でも突然「花粉症」を発症する可能性があります”

どを患う人もいます。また、関節痛や筋肉痛、頭痛、微熱など風邪と似た症状が出ることもありま。このような、花粉が原因で起こるすべての症状を「花粉症」と定義します。

## 「IgE抗体」によるアレルギー反応が原因。

アレルギー体質の人が特定の花粉に接触すると、その花粉に対する「IgE」という抗体が体内に作られます。このIgEが蓄積されてある水準に達すると、花粉を追い出す体内システムが完成。するとIgE抗体が「肥満細胞」と呼ばれる特殊な細胞に作用してヒスタミンという物質を放出し、くしゃみや鼻水など花粉を追い出すとする症状が現れます。花粉症ではなかった人が、ある年から急に発症するのはこのためです。

IgE抗体が作られるかどうかは、遺伝的な体質で決まります。いわゆる「アレルギー体質」です。花粉症の親から生まれた人は、通常よりも花粉症になるリスクが高まります。ただし、必ずしも発症するわけではありません。自分がIgE抗体を持っているか知りた場合は、病院の血液検査や皮膚試験で調べられます。なお最近では、自動車の排気ガスや食生活の乱れなども、IgE抗体の生産に影響を与えるといわれています。

花粉症の症状は、風邪とよく似ています。両者が違う点の一つは、症状が続く期間。風邪は通常1週間ほどで治りますが、花粉症の症

状は原因となつている花粉が飛散している期間、ずっと続きます。また風邪による鼻水は、数日後から黄色っぽく粘り気のあるものに変わりませんが、花粉症の鼻水はさらさらとしています。さらに目のかゆみや充血を伴う場合は、花粉症の可能性が高いといえます。

これまで花粉症でなかった人も「花粉症になったかも」と思ったら早めに受診してください。ごく初期の花粉症なら、鼻粘膜の炎症がまだ進んでいないので、すぐに治療すれば重症化を阻止できます。内科、小児科、アレルギー科の他の、鼻の症状が重い場合は耳鼻咽喉科目の症状が重い場合は眼科を受診するとよいでしょう。

花粉症かどうかは、症状やIgE抗体の有無、鼻の粘膜のアレルギー反応などから診断します。花粉症である場合、血液中にその花粉のIgE抗体が多く見受けられることが多く、原因となつている花粉を比較容易に突き止めることが可能です。

