

# 花粉アレルギーの巻

## ”おなご先生”の独り言in診察室

りびえする読者の皆さま、最近何となく鼻がムズムズしていけのわーって思われーことはあーませんかいねー？ あーのはがいたらしいー花粉症ですわ。環境省は、今年のスギとヒノキ花粉の飛散量は例年より少ないと予測。しかし「直ちに患者数の減少につながるとは限らない」と注意を呼び掛けとーます。そこで今回は「花粉アレルギーの巻。内容は標準語でお話しますじー。」

いいます。本来なら免疫は体にとってプラスの働きをしますが、体にとってマイナスの働きをして病気を引き起こすのが「アレルギー」です。花粉症もアレルギーの一種。アレルギー体質の人が花粉に繰り返しさらされて発症します。花粉が体内に侵入し抗体ができ、今度はその抗体が鼻や目の粘膜にいつばいある「肥満細胞」の表面に結合。さらに花粉が侵入すると肥満細胞から「化学伝達物質（ヒスタミン、ロイコトリエン、トロンボキサンA2）」を出し、それらが粘膜の分泌腺を刺

激するため鼻水や涙が出たり、血管や神経を刺激することで鼻づまり、眼のかゆみ、くしゃみなどの症状を引き起こします。これまでは大人になってからの病気と言われていましたが、そんなことはありません。子どもでも



## ”花粉アレルギー、早めの対策が大事”の巻

雪が黄色くなったこともありました。そう言うと、もう分かりましたでしょ。日本では戦後、たくさんスギの木が植林されています。それが成長して花粉を飛ばすようになったのが1970年代。振り返ればこのころから花粉症との戦いが始まっています。

雪が黄色くなったこともありました。そう言うと、もう分かりましたでしょ。日本では戦後、たくさんスギの木が植林されています。それが成長して花粉を飛ばすようになったのが1970年代。振り返ればこのころから花粉症との戦いが始まっています。

の患者は全国で約どのくらい？  
①1000万人  
②5000万人  
③1500万人  
まー驚くような数ですね。さて、花粉症の症状が起きないように、たとえ起きたとしても軽く済むようにするにはどうしたらいいでしょう。やっぱり何でも、早めの手当て、初

期治療が大切ですね。まず検査。次の3つの内2つが陽性だったら、あなたも「立派な花粉症」です。  
①皮膚テスト  
②花粉のエキスを注射や皮膚にたらし皮が赤くなる反応をみます。  
③誘発テスト  
花粉のエキスを染み込ませたろ紙を鼻粘膜に置きその反

と。外出の際はめがね、マスク、帽子などで花粉の侵入を防ぎ、衣服に付いた花粉は玄関の外で払い、家の中に持ち込まないこと。また、うがい、手洗い、洗顔で花粉を洗い落とすことも大切です。それでは最後の問題。  
Q4. 地球の温暖化に伴い花粉飛散量は2050年には1990年の約何倍になると予測されていますか？  
①1.3倍 ②1.5倍 ③1.7倍  
だから京都議定書を順守するように、国民一人一人が小さな草の根運動から始めましょう。暖房も20度くらいまで、ウォームピズでねー！

この治療を受けるのは良くないと専門医からは言われています。ちなみに妊婦や授乳中で薬物療法の困難な方は、約42度、43度の水蒸気を吸入する温熱療法がおすすです。日常生活での対策は、なるべく外出を避けるこ

答え Q1 ①スギ花粉 Q2 ①2〜4月ごろ (ちなみにヒノキは3〜5月ごろ、カモガヤは5〜6月ごろ) Q3 ③1500万人以上 Q4 ③1.7倍 (いんべ杉谷内科小児科 医院院長・杉谷美代子 松江市東忌部町)