

スギ花粉が飛んでいない 今だからこそ考える花粉症治療



笠間市立病院 医師

やま だ たつき
山田 辰樹

毎年春になると、くしゃみや鼻水、目のかゆみに悩まされていますか。花粉症は今や「国民病」とも呼ばれ、日本人の約4割がスギ花粉症を有していると報告されています。症状によるつらさだけでなく、集中力や睡眠の質、学業や仕事のパフォーマンス低下につながることもあり、社会全体にとっても大きな問題となっています。

花粉症の治療には飲み薬や点鼻薬などがあります。これらは症状を和らげる効果的な治療法ですが、服用をやめると症状が再び現れます（このような治療を対症療法と言います）。

また、薬の種類によっては眠気やふらつき、集中力の低下などの副作用があります。そのため近年は、症状を抑えるだけでなく、アレルギーの原因に働きかける治療として「舌下免疫療法」が注目されています。

舌下免疫療法は、アレルギーの原因となるスギ花粉の成分を少量ずつ体内に取り入れ、体をアレルギーに慣らしていく治療法で、5歳以上で受けることができます。治療方法は、1日1回、お薬を舌の下に1分ほど保持してから飲み込むだけです。注射のような痛みはなく、自宅で続けることができます。約8〜9割の患者さんに効果がみられるとされ、症状の軽減やアレルギー薬の使用量の減少が期待できます。

また、治療終了後も効果が長期間持続することが報告されています。さらに、将来的にはほかのアレルギーを発症しにくくする可能性や、喘息の発症リスクを減らす可能性も示されています。

ただし、体質改善を目指す治療であるため、時間をかけてじっくりと継続する必要があります。

また、スギ花粉の舌下免疫療法は花粉飛散期には開始できません。花粉が飛んでいる時期はアレルギー反応が強く出る可能性があるためです。

だからこそ、花粉が飛んでいない今の時期にスタートすることが重要なのです。来年以降のつらい花粉症から解放されるために、ぜひ一度、治療を検討してはいかがでしょうか？



問 市立病院 TEL.0296-77-0034



かさま健活スタイル

月ごとの強化項目を取り入れて
自分のこことからだにちょっといい健康づくり

8月の強化項目

食べよう！

『笠間市産農産物』



毎月19日は食育の日。旬の笠間市産農産物を1つ購入し、料理を作り、家族と一緒に食べてみましょう。

問 健康医療政策課 TEL.0296-77-9145