

質問

60代の女性です。この季節になると鼻水が出て止まらなくなり、くしゃみや目のかゆみもひどくなります。毎年、憂いしたるほど悩まながら、花粉症用の点眼薬、点鼻薬を使って何とかしのいでいます。新たに効く治療薬や治療法があれば教えてください。また症状を少しでも軽く抑えるためにはどうすればいいのでしょうか。

効果的な治療法は



答え

花粉症の治療には、大きく分けて抗原の除去と回避、薬物療法、手術療法があります。

抗原の除去と回避については、花粉情報に注意し、花粉が付着しやすい表面が毛羽立った毛織物などのコートは控えるようにします。花粉情報は、インターネットで環境省花粉観測システム「はなごん」(<http://kafun.taik.go.jp/>)やGUSサイトから、簡単にリアルタイム情報を得ることが出来ます。

帰宅時の対策として▽衣服や髪に付着した花粉をよく払ってから入室する▽飛散の多

花粉症



藤井達也医師

徳島大学病院耳鼻咽喉科
頭頸部外科
(徳島市蔵本町3)

いときは窓を閉めてお風呂とんや洗濯物の外干しを避けるようにすることなどが挙げられます。また外出時のマスクやメガネの着用も有効です。

薬物療法ですが、花粉症の症状で鼻水、くしゃみで困る人と、鼻詰まりで困る人では使用する薬が違います。鼻水、くしゃみ型の人には抗ヒスタミン薬を、鼻詰まり型の人にはロイコトリエン拮抗薬を使用します。

これらの薬は初期療法として花粉飛散予測日、または

抗原の除去、回避を

症状が少しでも表れた時点で内服を開始すると軽減することが出来ます。また、症状に応じて鼻噴霧型ステロイド薬という点鼻薬を併用します。それでも鼻詰まりなどの症状がひどい場合は、ステロイド剤を内服することがあります。

薬物療法で注意していただきたいのは、ドラッグストアなどで販売されている市販薬です。市販薬には、眼薬、口の渾きなどの副作用が強く出るものや、緑内障や前立腺肥大の既往がある人には使用できないタイプもあります。病院を受診し、医師と相談して症状に合った薬を処方してもらってください。

手術療法には、レーザーを用いて鼻詰まりを改善させる方法と、鼻腔形態を改善して鼻詰まりや鼻水を軽減させる方法があります。

鼻粘膜焼灼術は外来で簡単に行うことができ、鼻閉が強い人には効果が期待できます。ただし、花粉飛散期に行くと鼻詰まりがひどくなる場合があります。花粉が飛散する前に行う必要があります。鼻中隔矯正術、下鼻甲介手術は花粉症を併発している人に対して行い、鼻詰まりを軽減する目的で行います。

後鼻神経切断術は比較的最近

近になって導入された手術で、鼻水を分泌する神経を焼灼、切断することで鼻汁分泌を抑制します。花粉症の治療は、抗原の除去や回避、薬物療法、手術療法を組み合わせて行います。

質問の答えですが、まず前述のような抗原の除去、回避を行ってください。花粉症用の点眼薬、点鼻薬を使用しているとのことですが、市販薬を使用している可能性が有ります。市販薬であるとすれば前述のように眼薬が強くなったり、点鼻薬を使用しすぎると鼻詰まりが強くなったりする場合があります。

鼻水、くしゃみでお困りのようですので、病院を受診して抗ヒスタミン薬、鼻噴霧型ステロイド薬を処方してもらうのが良いと思われます。それでも効果がない場合は、後鼻神経切断術を考慮することになります。また、目のかゆみについては抗アレルギー剤の点眼薬を使用します。

コンタクトレンズを使用している場合、可能であれば症状が強いときはコンタクトレンズを中止し、メガネに切り替えることが抗原の回避の点から有用です。まずはお近くの耳鼻咽喉科を受診し、治療についてよく相談することを勧めます。