

＝ 病院の理念 ＝  
人間の尊厳と患者の権利を守り、安全・安心の医療、差別のない医療、納得の医療を患者様や地域の方々とともに目指します。

# 東葛の健康

№ 463 2023年 3月号  
〔毎月5日発行〕  
〔定価1部20円〕  
発行 東京勤労者医療会東葛病院  
院長 井上 均  
〒270-0153 千葉県流山市中102-1  
TEL 04 (7159) 1011(代)  
FAX 04 (7158) 9202  
http://www.tokatsu-hp.com/services/out/organization/

東葛の医療  
眼科

## 「アレルギー性結膜炎について ～花粉症を中心に～」



安田綾医師

### 新しい治療法もご紹介します

わが国、「花粉症」・「アレルギー性鼻炎」と呼ばれるようになりまし。アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

#### はじめに

アレルギーといわれて皆さんが思い浮かべるものはなんでしょうか。食物アレルギー、金属アレルギー、薬剤アレルギー。今の季節では「花粉症」が代表的ですね。年々花粉症にかかる患者さんは増加傾向にあると言われています。今朝の天気予報で「今日の花粉情報」は日常になっていきますが、昔の天気予報で花粉のこと言っていたかなあ？と思ひ、自宅にあった1978年発行の医学大辞典を確認してみました。すると、「花粉症」は「枯草熱を参照」となっています。

「枯草熱」は、1819年にイギリスの研究者が、季節的に鼻水・くしゃみ・涙目を繰り返す患者さんを診察し、その症状は枯草と接すると発症することからこれを枯草熱と呼びました。その後、枯草だけでなく様々な花粉やカビ類の胞子によっても発症することが

「アレルギー性結膜炎」と呼ばれるようになりまし。アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

「アレルギー性結膜炎」と呼ばれるようになりまし。アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性



アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

アレルギー性結膜炎は、結膜炎です。代表的な花粉は3～6月にかけて飛散するスギ・ヒノキです。他に8～9月のヨモギ・ブタクサなどの雑草類、4～10月のカモガヤなどのイネ類があります。症状がほぼ一年中起こる場合は「通年性アレルギー性結膜炎」と呼ばれ、原因はイヌやネコなどの毛やフケ、カビやダニ、それらが集まるハウスダストなどによる場合が多いです。2017年に行われた日本アレルギー眼科学研究会の調査によると、「アレルギー性結膜炎」と呼びます。アレルギー性結膜炎にはいくつかの種類があり、その中で症状の発現が季節性のものである「季節性アレルギー性結膜炎」と呼びます。季節性アレルギー性結膜炎は花粉による花粉性

#### 治療

アレルギー性結膜炎治療の第一選択は抗アレルギー性点眼薬です。花粉飛散前から点眼を始めていくと症状を軽くする効果が期待できます。花粉が本格的に飛散し症状が出てからでも抗アレルギー性点眼薬を使用することによって速やかに充血やかゆみを抑えることができます。

#### 舌下免疫療法

花粉症や通年性アレルギーを治す可能性のある治療法として、近年舌下免疫療法が注目されています。これはスギ花粉やダニのアレルゲンを舌の下におくことにより免疫機能が変化するように促します。数年間継続しなければならず、専門の医療機関を受診する必要がありますが、日々アレルギー症状に悩まされている方はこの治療法を検討してはいかがでしょうか。

#### 予防・セルフケア

花粉症の場合、予防・セルフケアとしてもっとも大切なことは「花粉を避ける」ことです。花粉の飛散する時期、予測情報を知り対処していきましょう。

#### 聴診器

「明日は桜が咲くころの陽気になる予想です」お天気キャスターが言っていた。「そうか、明日は冬にしては暖かいんだな」と直感的に思ったが、すぐに「はて？桜の咲くころの陽気ってどんな感じだったか」と思い直した▼ものの例えは本来物事を分かりやすくするために使われるはずのものだと思う▼「東京ドーム〇個分の広さ」や「トラック10台分の量」などと言われても、ドームの客席部分の広さも入るのかとか、トラック本体の重さも含むのかなどと考え始めると、なんだかよくわからない▼しかし、広いとか重いというイメージだけは伝わります。先の天気予報では画面に気温16(＋8)とあった。それでだいぶ暖かいんだというところが分かった。ものの例えを素直に受け止める想像力とともに、根拠や背景を知って判断する力も持っていたと思う▼異次元の「」などと言われても、「それはすごいですね。で、それは何がどのくらい？」という自分を持ってほしい。



「マスク」「眼鏡」「ゴーグル」を装着すると、花粉から鼻・喉・目を守る事ができます。「手洗い・うがい」・「洗顔」は花粉を洗い流す基本ですね。コンタクトレンズはアレルギー性結膜炎を悪化させるので花粉症の時期は装着を中止しましょう。洗眼をする場合は水道水ではなく、人工涙液などを使用するとよいでしょう。服装は花粉の付着しやすいうールなどは避け、滑りのよい生地がおすすめです。

様々な花粉症関連商品や民間療法などいろいろとありますが、その効果を裏付ける十分なデータはいまのところありません。花粉症への基本的なセルフケア対策を行い、必要に応じて点眼薬・点鼻薬・内服薬などを組み合わせることをおすすめします。

(松)