

花粉症シンポジウム



■ 日 時 ■

平成17年1月28日(金曜日)

13:00開場 13:30開演

会 場 **国際研究交流会館**
(東京都中央区築地5-1-1国立がんセンター内)

主 催 厚生労働省

後 援 財団法人日本アレルギー協会
日本アレルギー学会
財団法人日本予防医学協会

今春の花粉飛散量の増加が予測されており、このような状況を念頭に、免疫アレルギー疾患予防・治療研究事業の花粉症分野における研究成果を踏まえて最新の知見を国民に幅広く情報提供することを目的とした花粉症シンポジウムを開催することになりました。

プログラム

13:00 開 場

13:30～13:35 開会挨拶

第1部

13:35～14:15 「花粉症がひどくなる前に～花粉防御法について～」

日本医科大学耳鼻咽喉科助教授 大久保 公裕

14:15～14:50 「花粉飛散状況について」

財団法人気象業務支援センター専任主任技師 村山 貢司

14:50～15:00 休 憩

第2部

15:00～15:35 「眼科医からみた花粉症について」

横浜市立大学医学部附属市民総合医療センター眼科部長 内尾 英一

15:35～16:15 「花粉症の治療と民間医療について」

千葉大学大学院医学研究院教授 岡本 美孝

16:15～16:25 休 憩

第3部

16:25～17:00 質疑応答

花粉症がひどくなる前に～花粉症防御法について～

大久保 公裕

日本医科大学耳鼻咽喉科助教授

花粉症は誰もが認める増加している病気ですが、どの程度の患者がいるのかははっきりとしたデータはあまりありません。その中で日本アレルギー協会会長の奥田稔が厚生労働省の後援を受け、行なった住民台帳を基準にした疫学調査は1万人を対象とした今までにない大規模なものでした。その調査によると全国平均では15.6%で地域別の有病率では東北13.7%、北関東21.0%、南関東23.6%、東海28.7%、北陸17.4%、甲信越19.1%、近畿17.4%、四国16.9%、中国16.4%、九州12.8%で北海道、沖縄はごく少ない有病率で、地域の花粉の飛散数と花粉症有病率が相関関係にあることがわかりました。このように花粉が多いと有病率があがりますが、2005年の今年は観測史上今まで最も花粉飛散の多かった1995年に匹敵する花粉飛散が予想されています。花粉症の方は今までの症状がより悪化したり、今まで花粉症でなかった方が発症するなど、花粉症でない人も注意が必要になります。

ご自分でできるセルフケアとしてはもちろんマスク、めがねで原因の花粉を少しでも体の中に入れないようにする努力が必要です。花粉症用のマスクでは花粉が約1/6、花粉症用のめがねでは1/4程度に減少することが分かっています。全く症状をなくすことは不可能ですが、これら防御器具により少しでも症状を軽くすることができると思います。また顔周辺の花粉を少なくするため、外出から帰ってきたら洗顔で花粉を取り去ることも有用です。このときに目に入った花粉も洗い流しましょう。また鼻粘膜の状態を良くするように、悪化の因子であるストレス、睡眠不足、飲みすぎなどを抑えることが必要です。軽い運動などは花粉防御をしたうえでは推奨されると思われます。セルフケアと医師、薬剤師による治療を含め、花粉症の季節を快適に過ごせるよう努力してみてください。

アレルギー性鼻炎にはどのようなものがあるか

季節性アレルギー性鼻炎(花粉症)

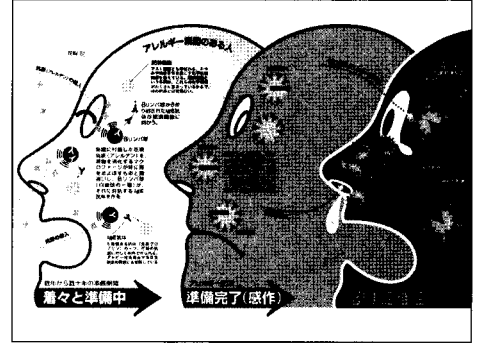
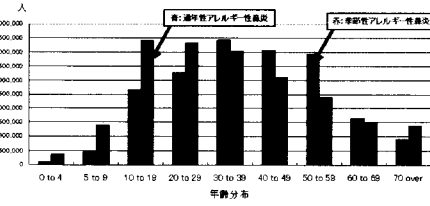
原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状がある。スギ、ヒノキ、カモガヤ、マツカヤ、ソウカガヤなどが代表的な原因である。



ブタクサ カモガヤ スギ

(写真提供) 夏村大生薬学部生物物理学室(佐藤 紀典)
 (表紙提供) 東京大学大学院農学系研究科(藤原 康史)アレルギー性鼻炎の分子疫学(長岡 正洋)

**年齢別アレルギー性鼻炎人口
花粉症は働き盛りの年代に多い**

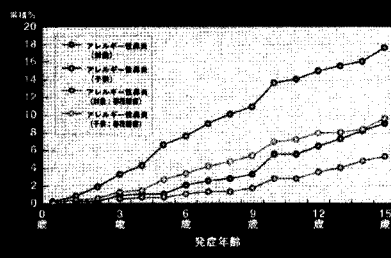


主な花粉症原因植物の開花期

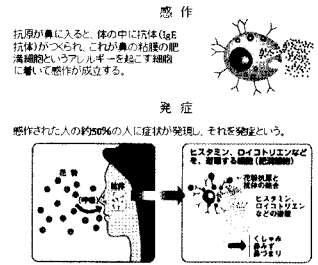
植物名	属名	主要な花粉症原因植物の開花期
スギ	Pinus	11月~3月
ヒノキ	Pinus	11月~3月
カモガヤ	Cyperus	2月~4月
マツカヤ	Cyperus	2月~4月
ソウカガヤ	Cyperus	2月~4月
ブタクサ	Brauneria	3月~5月
シロカガヤ	Cyperus	2月~4月
オオバコ	Alnus	2月~4月
オウゴン	Urtica	3月~5月
クサビ	Urtica	3月~5月
アザミ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月
ヨモギ	Achillea	3月~5月

(資料提供) 夏村大生薬学部生物物理学室(佐藤 紀典)
 (表紙提供) 東京大学大学院農学系研究科(藤原 康史)アレルギー性鼻炎の分子疫学(長岡 正洋)

アレルギー性鼻炎発症年齢

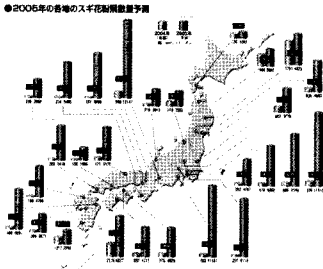


どうして起るのか



(資料提供) 夏村大生薬学部生物物理学室(佐藤 紀典)
 (表紙提供) 東京大学大学院農学系研究科(藤原 康史)アレルギー性鼻炎の分子疫学(長岡 正洋)

2005年 スギ花粉飛散量予測



あなたは花粉症?かんたん診断 構成案

Q 花粉症かと思う?

花粉症に2つ以上
a 咳が出る
b なし

Q くしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状がある?

a 多い
b なし

Q 朝の目やみはありますか?

a ある
b なし

Q 鼻はつまっている時ですか?

a つまっています
b ない

Q 花粉症のニュースを見ると憂鬱になる?

a 憂鬱になる
b 別に気にしない

Q 鼻水が無色透明か?

a そう
b 黄色い

Q 目が赤くなるか?

a 赤くなる
b 赤くない

Q 1日に鼻をかむ回数?

a 1回以上
b 1回未満

Q アレルギーのものがあある?

a ある
b ない

Q 鼻が赤くなるか?

a 赤くなる
b 赤くない

Q 1日にくしゃみをする回数?

a 10回以上
b 10回未満

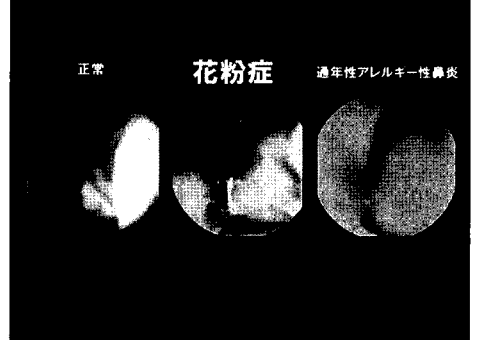
結果判定:

70%~100% 花粉症の可能性が高い

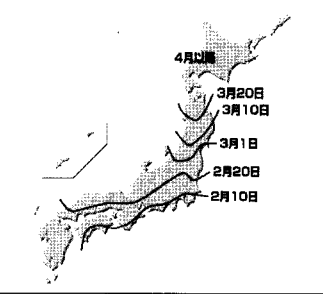
51%~70% 花粉症の可能性が中程度

22%~50% 花粉症の可能性が低程度

0%~22% 花粉症の可能性が低い



2005年 スギ花粉飛散開始時期予測



どんな症状があるか



(資料提供) 夏村大生薬学部生物物理学室(佐藤 紀典)
 (表紙提供) 東京大学大学院農学系研究科(藤原 康史)アレルギー性鼻炎の分子疫学(長岡 正洋)



症状の起こり方

抗原抗体反応 抗体が鼻腔に入ると肥満細胞上のIgE抗体と反応する

肥満細胞の活性化 肥満細胞が活性化されて化学伝達物質(ヒスタミン、ロイコトリエンなど)が遊離する

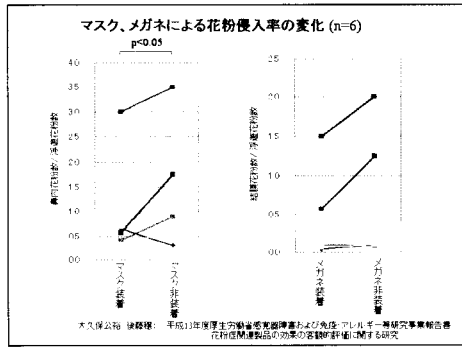
ヒスタミン

ロイコトリエンなど

くしゃみ、鼻みず

鼻づまり

【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10



妊婦の治療

妊婦中は、アレルギー性鼻炎の症状が悪くなることもある。しかし、胎児に与える影響を考慮し、治療は慎重でなければならず、妊娠4ヶ月の半ばまでは、原則として薬物を用いることは避けたほうが安全である。

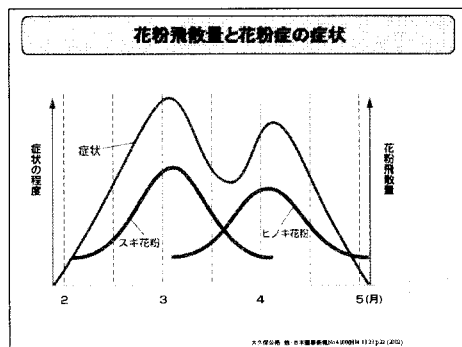
- まず、温熱療法、入浴、くしゃみ、マスクによる薬を使わない方法を試みる。
- どうしても薬が必要な場合は、
 - 鼻用α-カルシトリエート-遊離抑制薬(インタールなど)
 - 鼻用局所ステロイド薬
 などを、最小量で用いる

【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10

治療法のいろいろ

- ① 抗原の除去と回避
- ② 薬物療法
- ③ 特異的免疫療法(減感作療法)
- ④ 手術療法

【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10



小児の治療

鼻の痒み、鼻閉が強いため、鼻こすりや顔面運動、顔面の変化(目のまわりくぼみ、鼻尖部に横に走るすじ)などがしばしばみられる。また、アトピー、扁桃炎が大変多い時期にあたり、いろいろな感染症に罹りやすいことも注意しなければならない。

ダニアレルギーが多いので、ダニ駆除、回避を指導し、またベットの近づかないようにも指導する。

薬物療法は成人に準ずる。

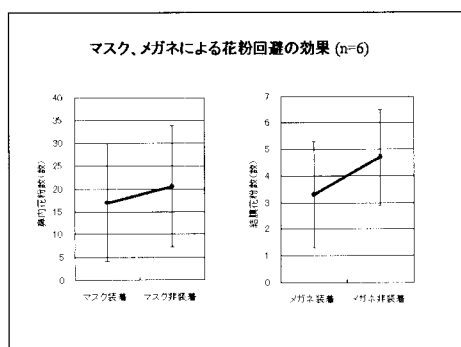
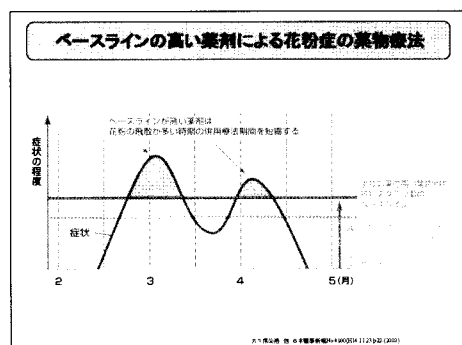
【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10

抗原の除去と回避

スギ花粉の回避

- ① 花粉情報に注意する。
- ② 飛散の多い時の外出を控える。
- ③ 飛散の多い時は、窓・戸を閉めておく。
- ④ 飛散の多い時は 外出時にマスク・メガネを着用する。
- ⑤ 外出時 毛織物などの1斗は避ける。
- ⑥ 帰宅時 衣服や髪をよく払い入室する。洗顔、うがいをし、鼻をかむ。
- ⑦ 掃除を励行する。

【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10



どの治療を選ぶか

- 抗原の除去、回避は必ず行うこと。
- 症状の強い場合、通院の条件がととのえば特異的減感作療法も選択肢の一つで、唯一医師の手をはなれられる方法である。
- 鼻づまりが強い場合は、手術も選択肢の一つ。
- 薬局で市販の薬を買う場合も、一度は医師による正確な診断を受けてからにすること。

【脚注】鼻粘膜でアレルギー性鼻炎の発症メカニズムを明らかにする研究(2014年) 日本アレルギー学会アレルギー学雑誌 2014;26(1):1-10