

# 健康講座

## 春といえば花粉症

岩倉市医師会 向井 研

そろそろまたあのスギ花粉症の季節がやってきます。スギ花粉症の患者さんは推定で3千万人以上いるといわれ、国民の4人に1人が発症している勘定で、今や日本の国民病です。

こんなにまでスギ花粉症の患者さんが増えたのは、戦後、農林水産省が推奨した「大規模スギ植林」で植えられたスギが成長して花粉の量が爆発的に増加したのが原因だといわれています。にもかかわらず、今年も毎年1500万本のスギの苗木が植えられており、花粉の少ない品種はそのうちの10割強にとどまっているのが現実です。この理由は、「花粉の少ない苗木は開発から10年ほどしか経っておらず、木材としての実績がないため林業関係者が二の足を踏んでいる」ためらしいです。

さて、2017年のスギ花粉情報が発表されました。夏に晴れの日が多く日射量が十分あると、翌年の春のスギ花粉の飛散量が多くなるといわれていますが、2016年は9月の気温が高かったため、東海地方では、2016年の1・5倍から2倍の花粉が飛ぶという予想です。花粉飛散のピークは、例年より少し早まり3月中旬になるそうです。

スギ花粉症は日本における「国民病」といわれるだけあって、色々な治療法がありますが、ここでわたしが行っている治療を少し説明させていただきます。

まず一番多いのが内服薬による治療です。花粉症の薬は何十種類とありますが、医師は患者さんとお話しをして患者さんに一番フィットしたお薬を使います。薬には大きく分け

るとよく効くが眠気などの副作用が強くなる薬と副作用は少ないけれど効果も少し弱い薬があります。受験の時期と重なるような場合は眠気に注意する必要がありますが、反対に弱い薬では鼻閉が強くて眠れず、勉強に支障が出るケースもあつたりするので、サジ加減が難しかったりします。11月に出た新薬は1日1回の服用で眠気もなく効果も十分という、いいことづくめの薬です。今後はこういった薬が主流になりそうです。また、妊婦さんにも飲める薬もありますので相談してください。

そのほか、「レーザー治療」といって鼻の粘膜に弱い出力のレーザーを照射して、アレルギーを起こす細胞を減らす治療や、「シダトレン」というスギ花粉症エキスを舌下に投与する舌下免疫療法なども行ってい

ます。どちらも効果はありますが、スギ花粉が飛び出す前に治療を始める必要がありますので、詳しくはお問い合わせください。

