

# 花粉症について



耳鼻咽喉科 武林 悟



人間のからだには体内に侵入しようとした外敵を取り除こうとする働きが備わっています。たとえば、鼻水で洗い流そうとしたり、くしゃみで外に吹き飛ばそうとしたりします。ただ、人によってはある特定の異物に入ってこられると、この働きが行きすぎて過剰な反応（アレルギー反応）を起こします。アレルギー性鼻炎は、からだに侵入した花粉を敵と認めて反応してしまう過敏な体質の人起こるのです。遺伝的な体質、住環境（高気密性）、食生活（高タンパク食）、ストレス（自律神経）などの様々な要因が重なって起ります。

アレルギー性鼻炎にはハウスダスト・ダニ・猫や犬の毛が原因となり起こされる通年性（一年中症状ができる）のものと、季節性の花粉症があります。

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となり、くしゃみ・鼻みず・鼻づまりなどのアレルギー性鼻炎や、眼のかゆみなどのアレルギー性結膜炎を起こす病気です。この時期（2～4月）に多いのですが、夏や秋にも他の花粉（カモガヤ・ヨモギ・ブタクサ・イネやセイタカアワダチソウなど）で起きることがあります。

現在、国民の約30%が花粉症だといわれています。風邪と間違えることもあります、風邪の時の鼻水は膿性鼻汁ですが（最初は水っぽなこともあります、数日でどろつとして色の付いた鼻水：いわゆる青っぽになります）、花粉症の時は水様性鼻汁（ポタポタと垂れてくるさらさらの透明な鼻水：いわゆる

水っぽな）です。また、風邪の時の咳に対し、花粉症の時はくしゃみという違いもあります。これらに伴い、頭が重い感じや、熱っぽい感じがあることがあります、実際に花粉症だけで熱が出ることはあります。そして、かぜは通常1週間程度で治りますが、花粉症は原因となる花粉が飛んでいる間ずっと続きます。花粉症かなと思ったら、専門の耳鼻咽喉科医に診断してもらうことが大切です。

検査としては、まず、鼻鏡という器具を用いて鼻の穴を広げ、鼻内の様子を確認します。水様性鼻汁があり鼻内が蒼白であれば典型的であり、症状とこれだけで診断がついてしまうこともよくあります。その他、鼻汁好酸球検査（鼻水を綿棒で拭き取り検査します）、血液検査などが一般的です。

ほとんどの内服薬には、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの原因となるヒスタミンをおさえる成分が入っています。鼻、目などそれぞれに働いて、花粉症のつらい症状をやわらげます。開始の目安は、花粉が飛び始める（2月上旬頃です）と同時に服用を始めると症状が軽くてすむことが多いので、症状がひどくなる前にあらかじめ飲み始めると良いでしょう。

副作用に関しては、安全で重篤な副作用のほとんどない薬が大部分です。もっとも問題になるのは眠気ですが、どの薬でも多かれ少なかれあります。人により程度も違うので、眠くて困る場合は、先生と相談されて、種類を変更してもらうことをおすすめします。点鼻薬は、鼻水・鼻づまりをすみやかに止め、

鼻の粘膜の充血やはれをおさえ、鼻のとおりをよくします。そして眠気をもよおすことが少ないという利点もあります。

ステロイドの筋肉注射を一本で、しかも持続性で何ヶ月も効果が続き、その間花粉症が出ないという治療法がありますが、耳鼻咽喉科学会やアレルギー学会で認められている治療ではありません。それは色々と重大な副作用が起きる可能性があり、今年大丈夫だったからといって来年も大丈夫とは限らないからです。花粉症は命に関わる病気ではないので、安全な治療が一番です。その他の治療法としては、レーザー治療や減感作療法、下甲介切除手術等がありますが、当院では対応しておりません。

また、マスクやゴーグルをかけ、花粉の付着しにくい表面のサラサラした服を着る、帰宅時には服をはらい花粉を家の中に持ち込まない等の抗原回避も症状を軽快させるためには重要です。以上のようなことを心がけ、つらい花粉症の時期を乗り切ってください。



サービス向上委員会より

## 「患者満足度調査」の結果をご報告いたします。

職員の対応について（外来）



聖隸沼津病院では、毎年、入院患者様、外来患者様を対象にアンケート調査を実施させていただいております。患者様からいただきました貴重なアンケート調査の結果をもとに、「地域の期待に応え、いつでも安心して利用できる病院づくり」を目指しております。

H23年度は、10月21日～28日に、外来患者様150名、入院患者様196名を対象に調査いたしました。「職員の対応について」を始め、「施設・設備について」「情報提供について」「全体の印象について」など、各項目についての評価をいただいております。詳細な結果につきましては、外来中央通路の掲示や当院のホームページ（[www.seirei-numazu.com](http://www.seirei-numazu.com)）にてご覧いただけます。前回は調査の結果をもとに、駐車場管理の変更、外来トイレの改修などを実施いたしました。今回も患者様一人ひとりにとってより利用しやすい病院となるよう有意義に活用させていただきます。

また、毎年このような調査を行っておりますので、お手数ではございますが、調査の際にはご協力の程よろしくお願い申し上げます。

アンケート調査のみならず、当院ではご利用される皆様とのふれあいを大切に考え、「ご意見箱」の設置もいたしております。お気づきの点や、ご意見ご希望等をご遠慮なくお寄せください。いただいたご意見を今後の病院運営に活かして参りたいと思います。

（サービス向上委員会 副委員長 宮原 成信）