

衛生委員会だより 2024年2月

～花粉症のシーズン 到来～

日本人の3人に1人はスギ花粉症と言われています。花粉の飛散量は前の年の夏の気象条件が大きく影響するためです。気温が高く、日照時間が長く、雨の少ない夏は花芽が多く形成されて次の年の飛そのスギ花粉の飛散量は、環境省の発表によると2023年は非常に多くなり、スギ・ヒノキ花粉は、東京、大阪どちらも過去3年で最も多く飛散しました。

症状・・早めの対策がカギ

花粉症の一般的な症状はくしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみですが、悪化すると皮膚症状・頭痛・うつ、などといった症状も現れます。

また、ぜん息が悪化したり、果物を食べると口のかゆみなどが生じる口腔アレルギーも起こることがあります。症状がひどくなってから対策を始めるのでは遅いため、症状が出る前から対策することが大切です。

対策① 花粉との接触を避ける

対策① 花粉との接触を避ける

外出時

- マスクやメガネの使用
- 服装はウール製の衣類を避けて帽子を着用



在宅時

- うがいと洗顔をして花粉を洗い流す
- 洗濯物は室内干しに
- 換気の際は窓を全開にしない
- 部屋はこまめに清掃



対策② 市販薬の使用

対策③ 医療機関を受診



(！)重症の場合に検討する抗IgE抗体療法とは

抗IgE抗体療法は2020年に保険適用となった新しい治療法です。重症のスギ花粉症患者が対象になる注射で、気管支ぜんそくや原因不明の慢性じんましんなどで使われている「オマリズマブ」という薬を注射するもので、月に1～2回、3か月ほど継続して使用します。

効果はそのシーズン限りとなりますが、処方薬で効果がなかった人でも、症状を軽減させる効果が期待できます。

ただし、費用が高額になることが難点です。薬を投与する量は個人の状態によって異なるため、少ない人でも月に3割負担で5千円程度、高い人は7万円程度かかるため、慎重に選択する必要があります。