KYOTO MEDICAL ASSOCIATION
BeWell
医師会からの健康だより
■発行／（社）京都府医師会
これだけは知っておきたい
健康の知識
VOL.61

アレルギー性鼻炎

アレルギー性鼻炎には、くしゃみ･みずばな･はなづまりなどの症状があり、症状や抗原には個人差があります。また発症の低年齢化･若年化、喘息との関連性も報告されています。今回のBeWellではアレルギー性鼻炎について説明します。

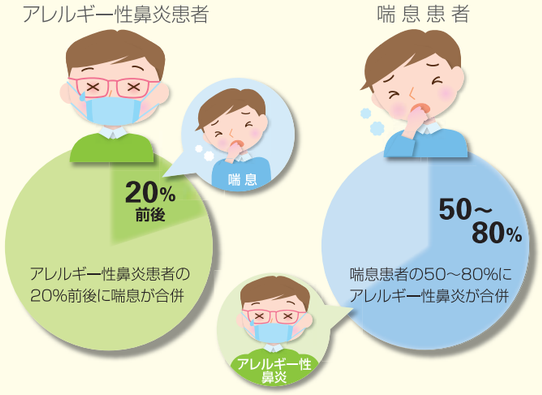
one airway, one disease
上気道と下気道の関連性
（アレルギー性鼻炎）（喘息）

最近、上気道疾患（アレルギー性鼻炎）と下気道疾患（喘息）の関連性が注目されてきており、これまでの疫学的検討により、アレルギー性鼻炎患者は健常者と比較し、約3倍喘息が発症しやすいことが報告され、鼻炎が喘息を発症する危険因子であることがわかってきています。

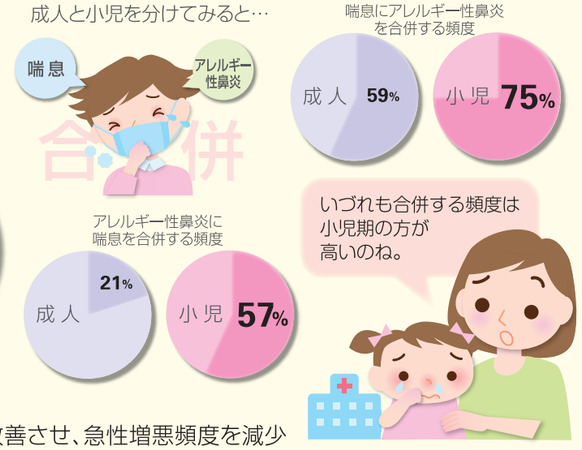
一般的にはアレルギー性鼻炎患者の20%前後に喘息が合併し、喘息患者の50～80%にアレルギー性鼻炎が合併するといった報告が多くみられます。
また成人と小児で分けて頻度をみると、喘息でアレルギー性鼻炎を合併する頻度は、成人で59%、小児で75%と報告され、

逆にアレルギー性鼻炎に喘息を合併する頻度は、成人で21%、小児で57%という報告もあります。
喘息合併のないアレルギー性鼻炎患者と正常者の経過を長期に観察した報告では、アレルギー性鼻炎患者に喘息の発症が高くみられるとされます。

アレルギー性鼻炎と喘息の合併率



早期介入で発症予防



アレルギー性鼻炎の治療を行うことで、喘息症状を改善させ、急性増悪頻度を減少させうることも報告されており、最近は鼻炎治療で喘息発症が予防できないかが研究されています。

民間医療（代替医療）

多くの医師が医療施設において施行したり指導する医療以外の医療のこと
甜茶、ヨーグルト、乳酸菌剤、サプリメント等（作用機序が科学的には検証されていないものがほとんど）

アレルギー疾患の増加と共に様々な代替医療を利用する患者の増加がみられています。
しかしながら、代替医療の多くは効果が乏しく、きちんとした効果があるかの作用機序が科学的に検証されていないものがほとんどで、また必ずしも安価ではありません。
代替医療としては、甜茶、ヨーグルト、乳酸菌剤、サプリメント、メントール吸入、アロマオイル、鼻翼開大テープ、花粉飴、ミントガム、シソ、シジュウム茶、情動水、クロレラ等多くのものがあげられます。

代替医療の症状の改善作用については、最近は、乳酸菌･お茶等いわゆるサプリメントなどにも花粉症の症状の一部緩和作用が指摘されたものもあります。しかしながらその効果は高くなく、医師による標準治療にははるかに及びませんが、食品として安全性の高いプロバイオティクス･乳酸菌などでは早期介入療法としての期待が持たれ研究されています。

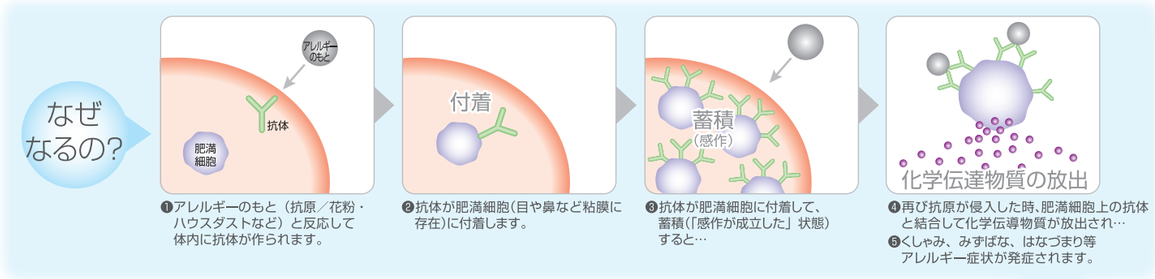
京都府医師会
〒604-8585 京都市中京区西ノ京栂尾町3-14 TEL:075-354-6101（代表）
<ホームページ>http://www.kyoto.med.or.jp <E-mail> kma26@kyoto.med.or.jp
● 発行 SPRING 2012 ●

アレルギー性鼻炎とは？

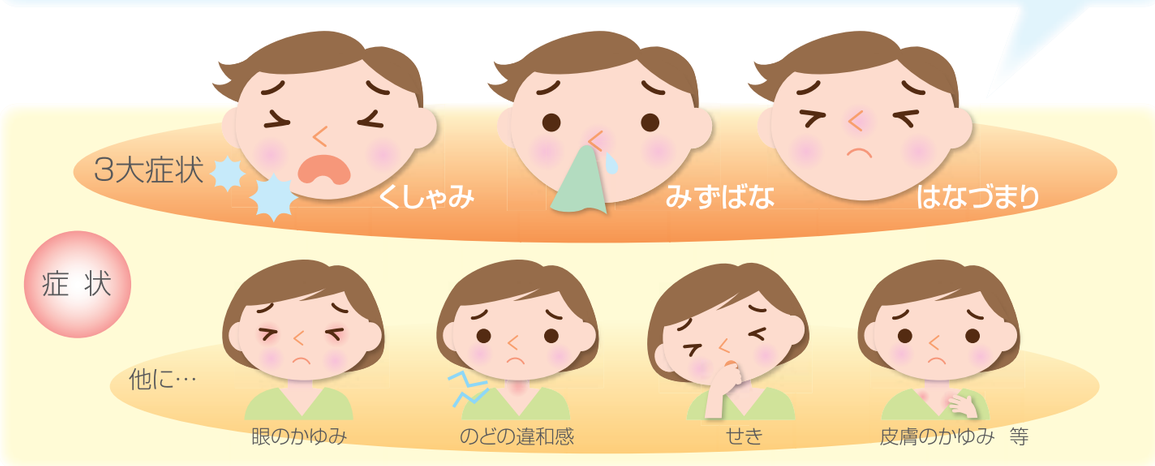
アレルギー性鼻炎とは

Ⅰ型アレルギー疾患（アレルギーのもとになる物質に感作され抗体ができて、そののち抗原が入って、過敏症状をおこす）で、

繰り返す**くしゃみ**・**みずばな**・**はなづまり**が3大症状ですが、他に眼のかゆみ・のどの違和感・せき・皮膚のかゆみ等の症状がでることもあります。



❶アレルギーのもと（抗原／花粉・ハウスダストなど）と反応して体内に抗体が作られます。
❷抗体が肥満細胞（目や鼻など粘膜に存在）に付着します。
❸抗体が肥満細胞に付着して、蓄積（「感作が成立した」状態）すると…
❹再び抗原が侵入した時、肥満細胞上の抗体と結合して化学伝導物質が放出され…
❺くしゃみ、みずばな、はなづまり等アレルギー症状が発症されます。



アレルギー性鼻炎は、抗原と症状により
季節性（スギ・ヒノキ科・イネ科、キク科等の花粉が抗原）（季節で症状がでる）と
通年性（ハウスダスト・ダニ等が抗原）（年中症状がある） に分けられます。

⚠ 季節の変わり目で風邪を合併したりして、区別しにくい場合もありますので、自己判断せず専門医療機関に相談しましょう。

疫学・有病率の増加

花粉抗原＞通年性抗原　両者とも増加傾向

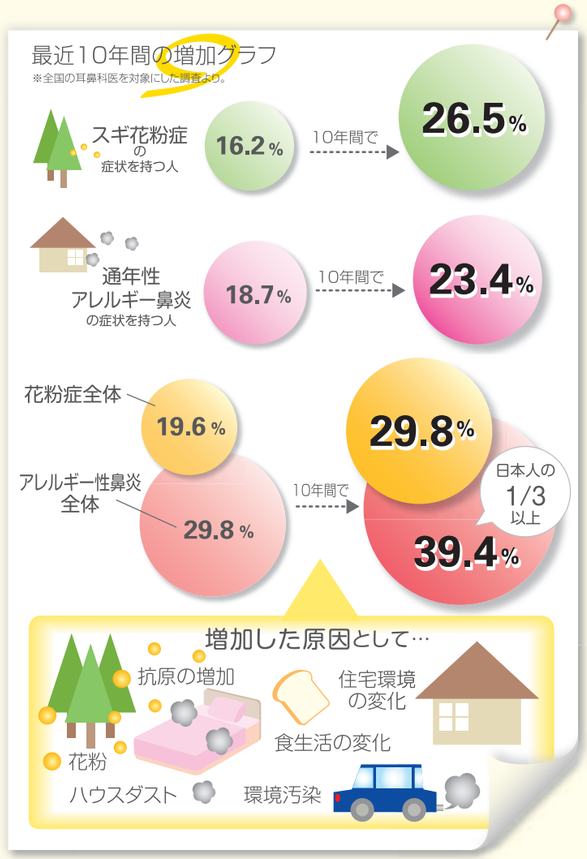
最近の10年間で
スギ花粉症の症状を持つ人が16.2%から26.5%に、
通年性アレルギー性鼻炎の症状を持つ人が18.7%から23.4%に増加しています。

日本人の1/3～1/5が有病者

また花粉症全体では19.6%から29.8%に、アレルギー性鼻炎全体では29.8%から39.4%に増加しており、社会問題にもなっています（全国の耳鼻科医を対象にした調査より）。
その原因としては、抗原（花粉やハウスダスト）の増加、住宅環境の変化、食生活の変化、環境汚染等があげられています。

スギ花粉症発症の低年齢化

また近年はアレルギー性鼻炎の発症の低年齢化・若年化が進行し、小さいお子さんでもアレルギー性鼻炎症状を見かけることがありますので注意が必要です。



治療について

アレルギー性鼻炎の治療は抗原除去回避、薬物療法、免疫療法、手術療法の4つに大きく分けられます。

a.抗原除去回避

花粉であれば飛散期マスクをする、家に花粉を持ち込まない、ハウスダストであれば清掃・除湿等があげられます。

b.薬物療法

抗アレルギー薬、ステロイド薬（内服・点鼻）等を使用します。
最近は鼻閉に有効性の高い薬や眠気の少ない薬も開発されており、症状に応じた使い分けをします。
またステロイド点鼻のほうがより有効性が高いと考えられます。

c.免疫療法

アレルゲンを少量づつ注射し、アレルギー体質を軽減する特異的減感作療法という方法があり、根治療法に最も近い治療法ですが、数年の治療期間がかかります。
最近は舌下にエキスを滴下する方法も研究されています。

d.手術療法

鼻粘膜をレーザーで焼灼する、鼻腔の形態を整える、一部鼻粘膜や骨を切除する、アレルギーに関与する神経を切断する手術等があり、主に重症の方に行います。