

# 杉花粉症

長年、“杉花粉症”の診断・治療をしている耳鼻咽喉科専門医として、“杉花粉症”について、質疑応答形式の説明書を作ってみました。この説明書は、あなたの“杉花粉症”に対する疑問の全てにお答えしていると思います。御参考にして下さい。

あなたが、この春を少しでも楽にお過ごしになる事を祈ります。

問1.“杉花粉症”は、耳鼻咽喉科専門医が治療する病気ですか？

耳鼻咽喉科専門医が診断・治療する病気です。医学会全体がみとめている事です。

問2. どうして耳鼻咽喉科で治療するのですか？

耳鼻咽喉科専門医は、専門的な検査を行って、“杉花粉症”を、確定診断する事ができます。

又、耳鼻咽喉科専門医は、鼻の粘膜をみることによって、“杉花粉症”の特徴的な変化を確実にみることができます。

問3. くしゃみが出たからといって、すぐに薬をのむのはまちがっていますか？

花粉の時期に、くしゃみが出たからといって、“杉花粉症”と診断して、やみくもに薬をだすのは、《正しい医療》ではありません。耳鼻咽喉科専門医の専門的な診断が必要です。鼻の別な病気がかくされているかもしれません。

問4.“杉花粉症”の薬について説明してください。

最近薬が進歩しました。数種類の内服薬と鼻につける薬のくみあわせで、以前よりも

“杉花粉症”の症状を、軽くすることができるようになりました。耳鼻咽喉科専門医は

“杉花粉症”と確定診断してから、鼻の粘膜、のどの粘膜の変化を専門的にみて、その

患者さんにあった薬をえらびます。“どの薬が良いか”ではなくて、“どの薬がその患者さんにあうか”を選ぶのが、耳鼻咽喉科専門医の経験なのです。鼻の粘膜の色の変化をみながら、その患者さんに効果のある薬を選びます。

問5.“杉花粉症”に予防的治療はありますか？

“杉花粉症”は、予防的治療がたいせつです。症状が出てから治療するよりも、症状が出る2週間位前、すなわち1月の中頃より、予防的な治療を開始するほうが、はるかに効果的です。この事は学会でも完全に証明されています。来年からは1月の中頃、御来院ください。

その年の“杉花粉症”に適した予防的治療のご相談をいたします。

問6 . 一度、“杉花粉症”になると、今後も毎年なりますか？

“杉花粉症”の症状が初めて出る年齢は、20才から40才にかけて多いといわれています。残念ながら一度、“杉花粉症”になると、毎春“杉花粉症”になる事を覚悟しなければなりません。最近では小学生、乳幼児にも、杉花粉症が増えてきた様です。

問7 . 症状の重い年と軽い年があるのは何故ですか？

その年によって、“杉花粉症”の症状が殆ど出ないか、きわめて軽い事があります。

それは、あなたの体がおったのではなくて、気候の関係でたまたま杉花粉の量が少ない年だったのです。次の年、花粉の量が多ければ、ひどい花粉症になやまされる事になります。

問8 . 何故、“杉花粉症”が最近ふえたのですか？

以前は“鼻かぜ”と間違えられていたものが、“杉花粉症”と正しく理解される様になった事、植林によって杉の絶対数がふえた事、食生活が変化してアレルギー体質がふえた事、大気汚染等が、“杉花粉症”の増加した原因といわれています。

問9 . “杉花粉症”の時期にはどんな事に気をつけたら良いのですか？

外出には花粉用のマスク、サイドカーのついた眼鏡を着用して下さい。

出来れば風の強い時には外出しないようにして下さい。

晴れた日中には花粉が入らないように窓を開けないようにして下さい。

ふとんを干した場合は、ていねいに花粉をはらってから家に入れて下さい。花粉の付いたふとんに寝ると、夜中に花粉症の発作をおこすおそれがあります。

帰宅時には家に入る前に衣服や髪の毛についた花粉をよくはらい落として下さい。

洗顔、手洗い、うがい等、露出部分から花粉を洗い流すことが必要です。

水泳等のスポーツで、日頃から体の鍛錬に心がけてください。

矢野耳鼻咽喉科  
医学博士

藤沢市善行 1-25-11

日本耳鼻咽喉科学会専門医  
日本耳鼻咽喉科学会専門医  
日本耳鼻咽喉科学会専門医

8 1 3 5 4 1

矢野 潮  
矢野 ゆかり  
矢野 さゆり