

アレルギー性鼻炎

アレルギー性鼻炎がふえた原因としては、母乳栄養がへり、人工栄養児がふえた事、食生活、住居環境の変化、大気汚染等があげられています。又、以前は“鼻かぜ”として治療されていたものが、アレルギー性鼻炎と正しく理解されるようになった事も原因でしょう。

アレルギー性鼻炎の分類（アレルギー性鼻炎は2種類に分類されます。）

1．通年性アレルギー性鼻炎（季節に関係なく、年間を通じておこるアレルギー性鼻炎）

室内のほこり，カビ，犬猫の毛，絹，ソバガラ等。

2．季節性アレルギー性鼻炎（花粉症）

スギ 2～5月、ヒノキ 4月～6月、マツ 4月、カモガヤ 5月、ヒメガマ7月、

トウモロコシ 7月、ブタクサ 8月～9月、キク 9～10月、カナムグラ 9月、

ススキ9月～10月、ヨモギ9月～10月、アキノキリンソウ9月～11月。

アレルギー性鼻炎の症状

通年性アレルギー性鼻炎

花粉症と違って育ちざかりの子供に多い事が社会問題になっています。

アレルギー性鼻炎の症状は発作的におこる“くしゃみ，鼻水，鼻づまり”で“鼻かぜ”の症状と似ていますが，“鼻かぜ”の場合には2週間ぐらいで治るのに対して，アレルギー性鼻炎は，“くしゃみ，鼻水，鼻づまり”が一年中続き，特に子供の場合には鼻をこすったり，くんくんならしたり，鼻血を出す様になります。耳鼻科医がみれば，“鼻かぜ”との鑑別は簡単ですが、かぜとして間違った治療が行われている事があるのは残念です。

季節性アレルギー性鼻炎（花粉症）

花粉の飛ぶ時期に一致して、“くしゃみ，鼻水，鼻づまり”の発作が始まります。杉花粉症が最も有名です。この説明書は別にありますので御希望の方にはさしあげます。

アレルギーの原因物質は血液検査で簡単にわかります。

アレルギー性鼻炎の治療

鼻の耳鼻科的な治療（吸入等）

のみ薬（眠気を感じる事がありますので使用量については経過をみながらきめます）

鼻腔ふんむ薬（小児の場合にはお母様がふんむしてあげてください。）

アレルギー性鼻炎の予防

ほこりや、チリダニの発生を防ぐためにまめに掃除をしてください。

毛足の長いじゅうたんやソファ等の使用をさけてください。

寝具、畳、マットレス等を日光にあててください。

羽布団や羽毛の枕は使用しないでください。

布団はたたかずに、掃除機でほこりを吸い取るようにしてください。

布団や毛布にカバーをかけ、シーツや枕カバーは毎日かえてください。

布団は早めに敷いて、ほこりがおさまってから寝床に入るようにしてください。

室内の床はリノリウムや板敷きにしてください。

家の中にカビが発生しない様に室内を乾燥させてください。

加湿器を使用する場合は、カビが発生しないように、水を毎日変える事が必要です。

カビのついている、野菜や果物等を、家の中におかないようにしてください。

犬、猫、鳥等は飼わないでください。(患者さんが幼児でしたら、大人になってからも

動物を飼わない様に話してあげてください。一度、飼った動物はなかなか捨てられないものです。)

日頃からスポーツで、体をきたえるようにしてください。水泳は原則としてかまいませんが、プールの水のしげきで、一時的に鼻の症状がひどくなる事があります。

アレルギー体質による病気は、アレルギー性鼻炎ではありません。

目 : アレルギー性結膜炎 一目が赤くなり、かゆくなります。

のど : アレルギー咽頭炎 一のどがいらいらして、咳が出やすくなります。

気管支 : 気管支喘息 一呼吸がくるしくなり、ぜいぜいします。

皮膚 : アトピー性皮膚炎 一皮膚がただれて、かゆくなります。

幼い時にアトピー性皮膚炎、気管支喘息の症状が強く、成長してから、アレルギー性鼻炎の症状が出てくる事が多いようです。いずれにしても体質的な治りにくい病気です。根気よく治療する事が大切です。

矢野耳鼻咽喉科	藤沢市善行 1-25-11	8 1	3 5 4 1
医学博士	日本耳鼻咽喉科学会専門医	矢野	潮
	日本耳鼻咽喉科学会専門医	矢野	ゆかり
	日本耳鼻咽喉科学会専門医	矢野	さゆり