



令和 4年 2月 25日

## ～今月も花粉症について～

院長 三和 拓人

オリンピックが終わり、いよいよ春の足音も遠からず聞こえてきましたね。

ボチボチ花粉が飛び始めているのですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

先月に引き続き今月も花粉症について述べていきたいと思います。

そもそも花粉症は次のような機序でアレルギーとして成立します。

## 花粉症の病因となる、アレルギーとは？

普段  
(感作前)1.花粉が目や鼻から  
入ってくる2.リンパ球が花粉を  
侵入者と認識しない3.花粉が入ってきても  
全く問題なし(症状なし)アレルギー発症  
(感作後)1.花粉が目や鼻から  
入ってくる 2.リンパ球が花粉を  
侵入者と認識する4.IgE抗体が肥満  
細胞にくっつく

5.再び花粉が侵入

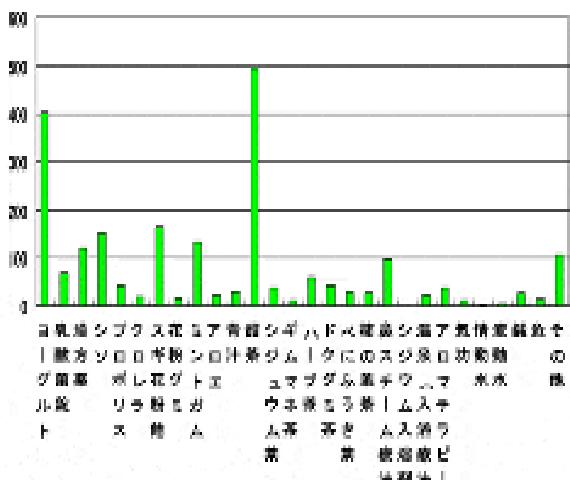
6.肥満細胞から化  
学物質(ヒスタミン  
など)が分泌される3.リンパ球がIgE抗体(次  
入ってきた時用の反応ス  
イッチ)を作るくしゃみ・鼻水・鼻づまり・  
目のかゆみ・目の充血・  
アレルギー性皮膚炎

※照:日本アレルギー学会

一度感作してしまうと、再現性(毎年引きおこる)があるため、毎年この時期に悩まされるのです。また、色々な民間療法がありますが、下のスライドにありますように、どれも決定的な効果は見られない模様です。

## 花粉症の民間療法について ~色々なものがあるんです~

## アレルギー性鼻炎で受診した 患者6679人中の民間療法を施行して いる成人患者数(複数回答可)



6679人中19%の患者が民間療法施行

## 民間療法の患者さん 自身の評価(未記入除く)

	効果あり	効果なし	不明
漢方	50%	35%	15%
鼻スチーム療法	46%	44%	10%
鼻洗浄療法	46%	54%	0%
鍼(ハリ)	44%	44%	11%
シジュウム茶	40%	40%	20%
花粉グミ	29%	64%	7%
シソジュース	18%	36%	45%
甜茶	14%	51%	35%
クロレラ	8%	44%	48%

どの民間療法も全ての人に決定的な効果があるとは言えない

千葉大学医学研究院耳鼻咽喉科教授 岡本美孝  
厚労省免疫アレルギー疾患予防・治療研究事業より抜粋

私も最近鼻がムズムズしてきて、鼻をかす回数も増えてきました。

花粉症でお悩みの方もどうかご自愛ください。