



104.花粉症対策について～アレルギー免疫療法～

花粉症に悩まれている方は多いのではないのでしょうか？スギやヒノキ、ブタクサ、ヨモギなど原因となる植物は様々ですが、それらをすべて合わせると、日本においておよそ3人に1人が花粉症と言われています。花粉症の代表とも言えるのがスギ花粉によるもので、関東地方では例年2月から3月頃にかけてピークを迎えます。

花粉症対策を始めるにはまだ早いと思っていらっしゃる方も多いと思いますが、今回は、今からでも始められる「アレルギー免疫療法(減感作療法)」についてお話ししたいと思います。

花粉症とは？

花粉症は「アレルギー性鼻炎」の一つで、原因となる植物の花粉が飛ぶ季節でなければ症状が現れないので、「季節性アレルギー性鼻炎」とも呼ばれます。一方で、季節によらず症状が現れる、ハウスダスト(ダニ)やカビ、ペットの毛などを原因としたものは「通年性アレルギー性鼻炎」と呼ばれます。

アレルギー性鼻炎は鼻の粘膜で起こるアレルギー反応で、くしゃみや鼻水、鼻づまりといった症状が反復して起こるのが特徴です。これらの症状は本来、異物を体内に入れまいとする防御反応とされています。すなわち、くしゃみで異物を吹き飛ばし、鼻水で洗い流し、鼻がつまってそれ以上異物を中に入れまいとする、身体にとって都合のよい反応なのです。

ところが、これらの反応が過剰に起こったり、他の人が異物と感じないものを異物と認識して症状を起こしたりすると身体にとって不都合な状態になり、アレルギー性鼻炎という病気になります。

薬物治療(対症療法)

現在基本となっている治療法は、内服薬や点鼻薬などの抗アレルギー薬によって症状を抑える方法です。くしゃみや鼻水、鼻づまりなどの症状を改善するために、粘膜の過敏性を抑えたり、症状を起こす原因である化学物質(ヒスタミンやロイコトリエンなど)が働かないようにしたりする薬などが用いられています。現在はOTC薬(市販の薬)も数多く発売されており、受診しなくても購入できるようになっています。

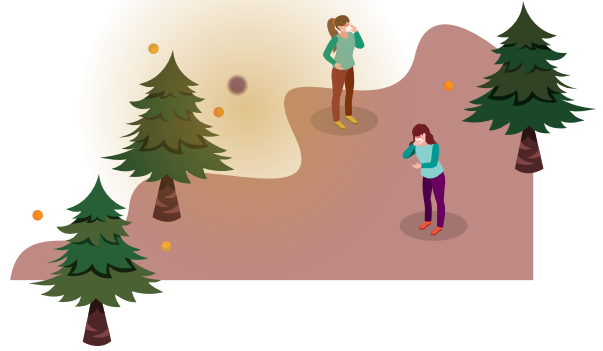
例:フェキソフェナジン塩酸塩錠、プランルカスト錠、アラミスト点鼻液など

即効性があり、効果も期待できますが、薬を使用しても体質は変わらないため、薬をやめると再燃してしまいます。そのため、毎年シーズンが来るたびに薬を使用しなければなりません。



アレルギー免疫療法

アレルギー免疫療法とは、減感作療法とも呼ばれ、アレルギーを少量から投与することで体を徐々にアレルギーに慣らし、アレルギー症状を和らげるという治療法です。そのため、一時的に症状を抑える対症療法ではなく、根本的な体質改善が期待される唯一の治療法とされています。



アレルギー免疫療法には「皮下免疫療法」と「舌下免疫療法」があります。

皮下免疫療法はアレルギーを含む治療薬を皮下に注射する方法で、100年以上前から行われてきましたが、近年では治療薬を舌の下に投与する舌下免疫療法が登場し、自宅でも服用できるようになりました。

●舌下免疫療法(スギ花粉:シダキュア、ダニ:アシテア、ミティキュア)

錠剤を舌下で1分間保持した後、そのまま飲み込みます。服用後5分間は、うがいや飲食などはせずに過ごし、これを一日一回、毎日実施します。ちゃんとした服薬ができないと効果がないばかりではなく、アナフィラキシーショックなどの重篤な症状が出ることもありますので、毎日ご自分で服薬することが必要な治療法です。

現在発売されている治療薬はスギ花粉またはダニのアレルギーに対するもののみです。

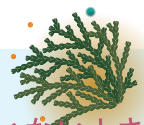
●皮下免疫療法

定期的に医療機関で抗原エキスの皮下注射を受ける方法です。皮下注射での投与のため痛みを伴いますが、舌下免疫療法と比べ、毎日服薬しなくてよいのがメリットです。

また、舌下免疫療法と皮下免疫療法に共通した特徴として、治療期間が数年になります。最低2年間継続して投与を続け、効果が見られていれば4～5年程度の治療が勧められています。長期にわたり正しく治療が行われると、アレルギー症状を治したり、長期にわたり症状を抑える効果が期待できます。症状が完全に抑えられない場合でも、症状を和らげ、抗アレルギー薬の減量が期待できます。また、症状の軽減には初年度も一定の効果があるとされています。

開始時期に注意！！

スギ花粉に対するアレルギー免疫療法は舌下、皮下ともに**スギ花粉が飛んでいないときに治療を開始**しなければなりません。スギ花粉が飛んでいる時期は体がスギ花粉に対して過敏になっているためです。遅くとも11月や12月までに開始としている医療機関が多いので注意が必要です。



花粉症シーズンはまだ先ですが、今のうちから花粉症対策について考えてみてはいかがでしょうか。