

IgE抗体が作り出されます。IgE抗体は体の中で、アレルギーに関わる肥満細胞にくっつきます。その状態で再度花粉が侵入すると、IgE抗体が花粉を抗原(異物)として捕らえ、肥満細胞からヒスタミンやロイコトリエンといった物質が放出されます。これらの物質が神経や血管を刺激することで花粉症を発症します。

【症状】

主症状は **くしゃみ・鼻水・鼻づまり・かゆみ**です。鼻のかゆみや頭痛が起きることもあれば、花粉が目に入ると目の粘膜(結膜)でもアレルギー反応が生じることもあります。そして **“目のかゆみ・充血・流涙”** といった**症状**も現れます。

皮膚に乾燥やかゆみがある場合、アトピー性皮膚炎が基礎にあり、花粉がその増悪の要因になっていることがあります。近年ではアトピー性皮膚炎の既往のないスギ花粉症患者さんに発症する花粉皮膚炎も見られます。また、**鼻呼吸が困難で口呼吸の回数が増えると、口や咽の粘膜が乾燥し口からウィルスが侵入しやすくなり風邪にも罹患しやすくなります。**

【検査・診断】

血液検査でアレルギーに関連性の深い好酸球や IgE 抗体などを測定します。また、鼻汁の好酸球を顕微鏡で確認する場合もあります。原因物質を特定するためには **“特異的 IgE 抗体測定”** も行います。そのほか、原因として疑われる花粉物質でアレルギー反応が誘発されるかを確かめる検査を行うこともあります。具体的には、鼻の反応をみる **“鼻粘膜誘発テスト”** や 皮膚の反応をみる **“プリックテスト”** や **“皮内テスト”** などがあります。

【治療】

“原因物質の回避”が最重要です。花粉飛散情報に注意し **飛散が多い日は外出を控えるとともに、外出時は眼鏡やマスクを着用**し、花粉を吸わない、室内に持ち込まない工夫の徹底が必要。**薬物療法は抗ヒスタミン薬や抗ロイコトリエン薬の内服、鼻噴霧用ステロイド薬が中心**です。レーザー治療を行うのは花粉症のシーズン前で、花粉飛散期に行うことはありません。**レーザー治療は繰り返し行うことが可能で症状は改善しますが、根治させることはできません。**

また、原因物質によっては**アレルギー免疫療法**の検討もあります。免疫療法とは、**アレルギーの原因となる抗原を投与することによって原因物質に対する過敏性を抑えることで、症状を和らげる治療方法**です。花粉症の場合 **スギ花粉症に対する免疫舌下療法**がよく知られています。**アレルギー免疫療法は症状の改善や流行期の薬剤使用量の減少が期待できる治療効果の高い治療法ですが、長期間の継続治療(3~4年間)必要**です。例えば、スギ花粉症では症状のない夏・秋・冬に治療を開始し、年間を通して休まず治療を継続する必要があります。

予防するためには、極力花粉に接しないことが大切です。外出時のマスクや眼鏡、帽子の着用その他、外出後のうがい、洗顔などを行い、花粉を吸い込まない工夫も大事。また、毛織物などのコートは素材上花粉が付着しやすく極力控え、花粉の