

花粉症のシーズン到来

2月上旬からスギ花粉が飛散



自分に適した薬をさがして 駆使するのが治療のコツ

増えたいずれ、減ることはない花粉飛散量

いよいよ花粉症のシーズンが到来しました。

「今春は2月上旬に九州・中国・四国・関東地方からスギ花粉の飛散が始まります」

との花粉警戒警報が日本気象協会から発令されました。

「今年のスギ花粉飛散量は、九州・四国・東海地方では前年より『多い』か『やや多く』『非常に多く』飛散するところもある見込みです。中国・関東地方では前年並み、近畿・北陸・東北地方と北海道では前年より少ないと予測されています」

昨年より飛散量が少ない地方もあるからといって安心できません。スギ花粉は樹齢が20年以上の成木でつくられ、とくに活発に花粉をつくるのは樹齢30年以上のスギです。

画期的な舌下免疫療法

毎日、舌の下に薬を垂らすだけの

新たな治療法

「現在、戦後の国策として植林されたスギの大半が樹齢30〜40年を迎えていることから、今後しばらくはスギ花粉の飛散量は増えこそすれ減ることはなく、花粉症に苦しむ国民は増加の一途をたどるのではないかと心配されています」

こう指摘するのは花粉症の診断と治療の第一人者、日本医科大学付属病院の大久保公裕主任教授（耳鼻咽喉科・頭頸部外科）をはじめとする花粉症専門医です。

症状を軽くする初期療法 約2週間前から薬を服用

ご存じのように花粉症は鼻や眼、喉から体のなかへ入ってくるスギやヒノキなどの花粉IIアレルギー（抗原）によって体内にIGE抗体というものがつくられ、このIGE抗体が肥満細胞の表面に付着し、再び侵入してきた花粉がIGE抗体と結合することで、肥満細胞からヒスタミンなどの化学物質が分泌され、くし

薬を変えることで 治療効果が倍増するかも… 花粉症の症状を軽くするキープポイントは、肥満細胞から分泌されるヒスタミンの働きを早い段階から抑えることです。そのための方法として、

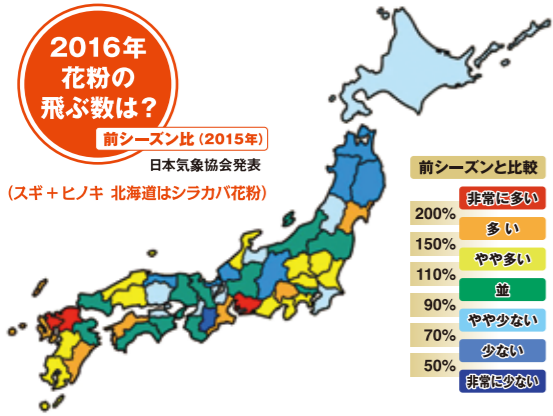
やみ・鼻水・鼻づまり、眼の痒みなどのアレルギー症状を招く病気です。重要なのは花粉症の治療の開始が、症状のあらわれる前から認められていることです。初期療法と呼ばれるおり、スギ花粉などが飛散する2週間ほど前から薬を服用する治療法です。症状を軽くしたり、症状に悩む期間を短くしたり、花粉症の最盛期に使用する薬の量を減らしたりする治療効果が得られます。

初期療法で用いられる薬の中軸は抗アレルギー薬です。重度の眠気やだるさなどの副作用が認められる第1世代抗ヒスタミン薬を改良したもので、第2世代抗ヒスタミン薬ともいわれます。

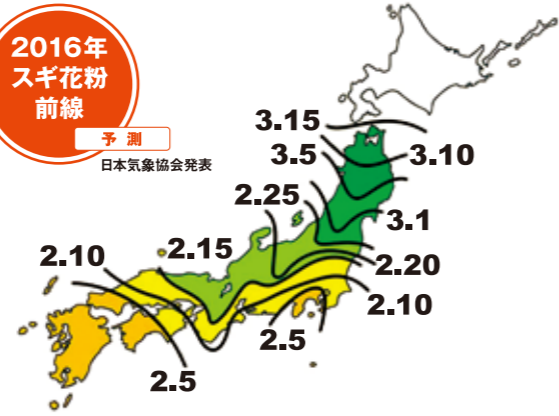
初期療法で用いられる抗アレルギー薬には、前者のヒスタミン遊離抑制作用のみのタイプのもと、両方の作用をあわせもつタイプのものであり、それぞれ数種類の薬が使用されています。

①肥満細胞からヒスタミンが放出されるのを防ぐ方法（ヒスタミン遊離抑制作用）と、②アレルギー症状を起すきっかけとなるヒスタミンと体内のヒスタミン受容体との結合を抑える方法（ヒスタミン受容体拮抗作用）があります。初期療法で用いられる抗アレルギー薬には、前者のヒスタミン遊離抑制作用のみのタイプのもと、両方の作用をあわせもつタイプのものであり、それぞれ数種類の薬が使用されています。悩ましいのは患者さんの体質などもあり、初期療法の効果が十分に得られないケースも見られることです。しかし、抗アレルギー薬の種類を変えることで効果が得られることも確かな事実なので、諦めないことが肝腎です。加えて、眠気やだるさなどの副作用が軽減した抗アレルギー薬でも、患者さんによっては眠気などの副作用を無視できないことです。主治医と相談して自分に適した抗

2016年花粉の飛ぶ数は？ 前シーズン比(2015年) 日本気象協会発表 (スギ+ヒノキ 北海道はシラカバ花粉)



2016年スギ花粉前線 予測 日本気象協会発表



アレルギー薬をさぐり、もつとも適した薬を選択することが大切です。

花粉症を患う医師に 人気が高いのは「アレグラ」

自らも花粉症を患う医師1067人から回答を得た興味深いアンケート調査（『日経メディカル』編集部）

の結果が報告されています。「眠気が少ないこと」を重視する医師31

3人が選択した抗アレルギー薬として、第1位が「アレグラ」（サノフィ）36・7%、第2位「クラリチン」（パイエル）14・1%、第3位「ザイザル」（グラクソ・スミスクライン）11・8%で、「アレジオン」（ベーリンガー

インゲルハイム）11・5%、「タリオン」（田辺三菱）9・3%と続きます。

一方、「有効性」を重視する医師407人が選んだ抗アレルギー薬としては、第1位が「アレグラ」（22・1%）、第2位「アレロック」（協和発酵キリン）17・7%、第3位「ザイザル」（17・4%）で、「アレジオン」（8・8%）、「クラリチン」（7・6%）と続きます。

ひどい鼻づまりには

副作用の少ない ステロイド点鼻薬

もちろん、初期療法が間に合わなかった人や、新たに花粉症を発症させた人にとっても、抗アレルギー薬は強力な助っ人です。くしゃみや鼻水・眼の痒みなどにすぐれた治療効果をもたらします。

一方、鼻づまりには『オノンカプセル（一般名プラナルカスト）』（小野薬品）などの抗ロイコトリエン薬が効果的です。鼻づまりの原因となるのは鼻粘膜の腫れで、免疫細胞から放出されるロイコトリエンによって引き起こされますが、免疫細胞か

らのロイコトリエンの放出を抑える薬です。

ひどい鼻づまりのときは、「テトラヒドロゾリン鼻用スプレー0・1%『ミナト』（原沢製薬）などのテトラヒドロゾリン点鼻薬や、「フルナーゼ点鼻液」（グラクソ・スミスクライン）など、副作用の少ないステロイド点鼻薬で治療するのがよいでしょう。

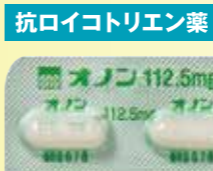
奥の手は

短期作用型ステロイドの点滴

さらに奥の手といわれるのが、病院などの外来で行われる短期作用型ステロイドの点滴です。

短期作用型の点滴は1日でステロイドが消失しますから、体に大きな影響を与えません。「ステロイドがすべて危ない」というわけではなく、使い方さえ間違わなければ、これほどすぐれた薬はないのです。

オノンカプセル



セレスタミン



シダトレン



フルナーゼ 点鼻液



副作用の少ない
ステロイド点鼻薬

無論、患者さんはステロイドも含めて花粉症の薬について医師から十分な説明と注意事項を受け、その指示をきちんと守ることが求められます。

ちなみに、くしゃみ・鼻水・鼻づまりなどの症状がひどいからといって、苦しむ以上に絶対に受けてはならないのがステロイドの筋肉注射です。「トリアムシノロンアセトニド」や「メチルプレドニゾロン酢酸エステル」など、長期間持続型のステロイドを注射する方法です。

「1本の注射で花粉症のひどい症状がウソのように消える」「花粉症の切り札」など、ごく一部でまことしやかに喧伝されているものの、その副作用は大きいといえます。一度打つと過剰な免疫抑制が1〜2カ月続き、顔が丸くなるムーンフェイスをはじめ、皮下出血や皮膚の萎縮、月経異常などの深刻な副作用があらわれやすいのです。

それだけではありません。糖尿病や高血圧の悪化、骨が脆くなる骨粗しょう症などの進行で、取り返しのつかないことになりかねません。

新世代アレルギー免疫療法 根治も可能な舌下免疫療法

ところで、スギ花粉症の患者さんにとって大きな朗報です。花粉症の患者さんの体質を徐々に変え、花粉症を根治させる舌下免疫療法が、いよいよ全国に広く普及し始めてきたからです。

舌下免疫療法は、花粉症の原因となるアレルギー性スギ花粉を、少量から患者さんに投与することで体をアレルギー（スギ花粉）に馴らし、アレルギー症状を和らげるアレルギー免疫療法（減感作療法）の一種です。これまで、皮下に注射でアレルギー免疫療法が行われてきました。しかし、病院など医療機関へ頻繁に通院しなければならぬことや、注射による痛みがあることなどから今ひとつ普及してこなかったのです。そのため皮下免疫療法に代わる新世代のアレルギー免疫療法として、舌の下に薬（スギ花粉の抽出物）を垂らすだけでよい舌下免疫療法が開発されたのです。

花粉症のシーズンが

終わったら、すみやかに 舌下免疫療法を！

すでに一昨年（2014年）、スギ花粉症に対する舌下免疫療法の新薬「シダトレン（スギ花粉エキス）」（鳥居薬品）が発売され、公的医療保険も適用されています。

シダトレンを用いた舌下免疫療法は、スギ花粉が飛散しなくなった時期に治療を開始します。まず最初の2週間で徐々に投与量を増やしていきます、3週目以降は毎日自宅で投与を続けるようにします。シダトレンの2000JAU/mLパックの全量（1mL）を1日1回、舌下（舌の裏）に垂らし、2分間保持した後、飲みこむだけでよいのです。最低でもこれを2年間、通常は3〜5年間継続します。

すばらしいのは、シダトレンを用いた舌下免疫療法の治療効果です。スギ花粉症の患者さん531人を対象にした臨床試験で、シダトレンを投与した患者さんのうち、その約8割がくしゃみ・鼻水・鼻づまりなど

の花粉尘の症状が和らいだのです。加えて、第1シーズン目で花粉症の症状が消失し寛解した患者さんは2・3%（261人中6人）、第2シーズン目に寛解した患者さんは17・0%（241人中41人）にも上ったのです。

一方、副作用として口のなかの痒みや唇の腫れ、のどの痒み、頭痛などが見られます。また、重篤な副作用としてアナフィラキシーショックの出現や、約2割の患者さんに治療効果が見られなかったと報告されています。しかし、いずれにしてもシダトレンを用いた舌下免疫療法は、患者さんによっては根治も期待できるという画期的な治療法です。スギ花粉症のシーズンが終わったら、すみやかに舌下免疫療法を受けるため医療機関を訪ねてみてはいかがでしょうか。

スギ花粉症の舌下免疫療法を行っている医療機関は、インターネット上の鳥居薬品㈱の「スギ花粉症に対する舌下免疫療法相談施設検索」<http://www.tori-alg.jp/mapsearch/cryptomeriah.html>）ページで調べることができます。