



院長
真崎 雅和

花粉症の季節です。

毎年関東では2月の初めより、わが秋田県でも3月中旬からスギ花粉症の季節がやってまいります。日本海側は太平洋側と風向きが異なり、この時期風は山に向かつて吹いてゆくため、スギ王国秋田なのに、花粉症にかかる人は多くはないようです。とはいえ、毎年悩まされる人には憂うつな季節ということになります。

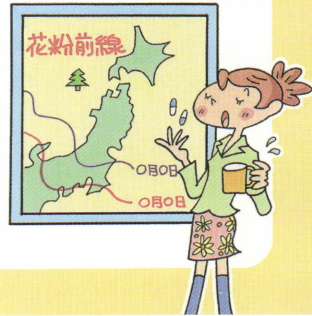
花粉症の予防としてはつきりしているのは、花粉が飛ぶ前からアレルギーの薬を服用すること。症状が軽く済みます。1カ月前、遅くとも2週間前から服用を開始したほうが効果的であることが知られています。かかってしまつてからあわてて服用しても、花粉飛散最盛期には、薬はなかなか効きにくいものです。

ところで、最近では自宅で鼻洗浄をする機器が市販されていて、よく質問されるようになりました。鼻洗浄自体は耳鼻科で昔から行われていた方法ですが、アレルギーにも効果があることが知られています。花粉は鼻の入り口にまず付着します。この付近の粘膜には線毛という掃き出し装置がなく、ここ

にとどまって蓄積しますので、物理的に洗い流してやることは意味があります。またアレルギーは、体の過剰反応ですから、鼻水の中にたくさん炎症性物質が分泌されて、これがさらに症状を悪化させます。これらを洗い流してやるのも意味があるわけです。というわけで、洗浄してみようという方はご相談ください。

薬以外の予防ということでは、いろいろと情報がはらんし、これもまたよく質問されます。プロバイオティクス、魚に含まれる脂肪酸、乳幼児の低アレルギー用ミルク、離乳食の開始時期、イソフラボン、ビタミン等々。大規模な調査が行われたものもありますが、まだ十分にその効用は証明されていません。

面白い調査がありました。ペットの影響です。花粉症もダニアレルギーもペットを飼っている家庭のほうにアレルギー発症が少ないという結果です。理由はわかりませんが、アレルギーというのはまだまだ未知な病気なんです。



急患 随時受付

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	休診
午後 2:30~5:30	○	○	○	休診	○	△ 2:30~4:00	休診

真崎耳鼻咽喉科医院

TEL.018-845-0234 FAX.018-847-1321 秋田市土崎港中央6-8-3