

5月のHUG だより

情報提供者：やましろ小児科 山城 武夫

今月のテーマ

小児花粉症について

花粉が飛散する時期に（季節性）、熱もないのに”くしゃみ”や”鼻水”それと”鼻づまり”が出て、アレルギー性鼻炎を起こしてきます。また、“目の充血”や“かゆみ”が見られる場合はアレルギー性結膜炎と言います。これも花粉症です。花粉を飛散させる花木では1月下旬から4月の“すぎ”、3月下旬から5月の”ヒノキ”、イネ科の植物やシラカンバは夏前に、秋（9月から11月）に開花期を迎えるキク科の”ブタクサ”、“ヨモギ”、“アサ科の”カナムグラ”、イネ科の“カモガヤ”が代表的なものです。それと、通年性のハウスダスト（ダニアレルギー）によるアレルギー性鼻炎もあります（ダニアレルギーは喘息の原因にもなります）。

発症率はスギ花粉症で見ますと、0～4歳で3.8%、5～9歳で30.1%、10～19歳で49.5%と大人と変わりません。

症状はくしゃみ、鼻づまり、鼻水、目の充血、かゆみ、などがあります。また、それに伴う集中力の低下、睡眠障害、口呼吸などが見られます。

検査にはアレルゲンの同定として特異的IgE、鼻汁エオジン、鼻粘膜の充血・分泌物、等を調べて診断します。

治療は抗アレルギー薬（長期に服用しますので、副作用の眠気・集中力の低下などの少ない薬を選び、症状が出る1～2週間前から使用しましょう）、点鼻薬、点眼薬、ステロイドホルモン薬が使われます。また、特殊な免疫療法（スギ・ダニの舌下免疫療法）もありますが、主治医の先生に相談しましょう。

一般的な注意としては、花粉は粒子が大きいのでマスクが効果的です。目にはゴーグルもよいでしょう。帰宅時には衣類に付着した花粉の除去、手洗い、鼻をかむ、うがい、洗眼もよいでしょう。お布団や衣類の外干しは避けましょう。家の中の掃除はまめに、ゆっくりと子どもの居ない時にしましょう。乾燥時期には室内の加湿もよいでしょう。

また、花粉症の人はリンゴ、モモ、さくらんぼ、カキ、キウイなどを食べると口の中の刺激感やかゆみ、また喉の奥が詰まるような感じがする口腔アレルギーがありますので注意しましょう。

