



アレルギー性鼻炎

1. アレルギー性鼻炎について

アレルギー性鼻炎は近年増加し、さらに発症が低年齢化していると言われています。その増加の背景には、抗原（原因物質）量の増加、大気汚染、居住環境、食物の変化などいろいろな要素があると推定されています。



アレルギー性鼻炎には、一年中症状がある通年性と、スギ花粉症のような季節性のものがあります。日本におけるアレルギー性鼻炎の有病率は 29.8%、通年性アレルギー性鼻炎は 18.7%、スギ花粉症は 16.2%と報告されています。

アレルギー性鼻炎はすべての年齢でかかる可能性がありますが、70%は 30 歳までに発症しており、発症時の年は 10.6 歳であるという報告があります。



発症年齢は原因物質（抗原）によっても異なり、出生時より連続してさらされるダニ抗原によるアレルギー性鼻炎は 10 歳以下での発症が多いですが、年に 2 ヶ月程度の季節的なスギ花粉症は 20 歳代で初めて発症する人が多いと言われています。



2. 症状

症状は、くしゃみ、鼻みず、鼻づまりですが、子どもは鼻づまりが主症状であることが多いです。またスギ花粉症では、皮膚の発赤・かゆみ、特に目の周囲の腫れがみられることもあります。

小児、とりわけ乳幼児は、自分の症状をうまく言葉で伝えることができないことが多く、小学校低学年以下の子どもの場合、症状を訴えるのを待つのではなく、保護者を始めとして周囲の大人が積極的に異常の発見に努める必要があります。



例えば、いびき、口を開けて寝る、口呼吸、鼻をいじる、鼻がたれる、鼻をすするなどの仕草が判断の材料になります。

治療するかどうかについては、日中の活動、睡眠、食事などにある程度支障があれば、治療を開始するのがよいとされています。

3. 子どものアレルギー性鼻炎の特徴

アレルギー性鼻炎は、小児喘息やアトピー性皮膚炎にくらべて、自然に治ることが少ないと考えられています。

また、子どもは感染を生じやすく、鼻炎や副鼻腔炎を合併することがあります。その場合には、アレルギー性鼻炎が治りにくくなります。



4. 治療・対策

病院で行う治療としては、薬物療法・減感作療法・手術療法がありますが、アレルギー性鼻炎の対策の基本は、抗原（原因物質）を避けることです。



① 抗原を避ける

ほこりやダニの減量のため、こまめに掃除をしましょう。また、花粉に関しては、外出の際には、できるだけマスクをしましょう。花粉情報に注意し、少なくとも屋内に花粉を持ち込まないようにする必要があります。



② 薬物治療

鼻症状が強い場合は、抗アレルギー薬の内服を用い、4歳ぐらいからは点鼻薬を使うこともあります。あくまで対症療法ですから、いずれもだらだらと長期には使わず、症状が軽くなれば減らしていきます。

また、スギ花粉症は、花粉が飛ぶ前の1月終わり頃から治療を始めた方がよいとされています。



③ 減感作療法

抗原を皮下注射して、少しずつ抗原にならしていく方法であり、現在のところアレルギー性鼻炎の治癒を期待できる唯一の方法です。適応は一般に6歳以上とされています。

④ 手術療法

アレルギーの反応の場である鼻の粘膜を、レーザーなどで物理的に減らします。一般的には10歳頃から適応となります。



アレルギー性鼻炎が疑われ、症状が重い場合は、耳鼻科を受診しましょう。

ほけんだよりは、呉市のホームページでもご覧になることができます。

URL <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.html>