



ほけんだより

第85号

平成19年12月

子育て施設課
電話 0823-25-3144

アレルギーシリーズ1

【 アレルギー性鼻炎と気管支喘息 】

上気道疾患を代表するアレルギー性鼻炎と気管支喘息は密接に関係しています。小児の鼻アレルギーの合併症として3割に気管支喘息が見られ、逆に喘息の合併症として鼻アレルギーが5割に見られるといわれています。

アレルギー性鼻炎

原因

鼻アレルギーの原因はハウスダスト（室内のゴミやダニ、ペット類の毛など）、カビ、花粉などです。また、タバコ、刺激臭、急激な温度の変化やスパイシーな食事などは、鼻粘膜を刺激し症状を悪化させることがあります。



主症状

くしゃみ、鼻水、鼻づまりです。このため口で呼吸したり、いびきを伴うことがあります。1年中を通して症状のあるアレルギーと、花粉の時期に一致して症状が出現する花粉症があります。

検査

鼻アレルギーの診断は、感冒や副鼻腔症などの感染症との鑑別が問題となるため、環境、家族歴、アレルギーの既往歴などの問診が大切です。耳鼻科の先生は、粘膜所見である程度の診断は可能ですが、確定診断は鼻汁好酸球検査（鼻水を採り好酸球という細胞の有無を調べる）、皮膚テスト、鼻粘膜誘発検査、血清特異的 IgE 抗体検査（採血して抗体の種類を調べる）などがあり、「特有の症状がある子どもでこれらの検査のうち2つ以上陽性ならアレルギー性鼻炎と確信できる」とされています。

治療

抗原（原因物質）の除去と回避、薬物療法が主体となりますが、治り難い場合には手術療法が有効という意見もあります。詳細な治療方針に関しては専門の先生に相談してください。



気管支喘息

気管支喘息とは

気管支喘息は空気の通り道である気管がアレルギーなどで炎症を起こし過敏になり何かの刺激で腫れたり、痰が出たりして狭くなり呼吸が苦しくなる慢性の病気です。

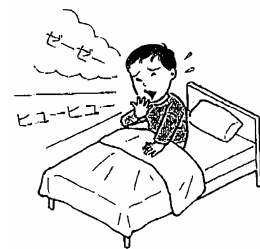
原因

遺伝的素因： 両親に喘息があれば子どもの発症は2～3倍高くなります。

環境因子： ペットやカビ、受動喫煙（妊娠中の母親の喫煙と出生後の家族の喫煙）、大気汚染（二酸化窒素、オゾン）、呼吸器感染症、一部の食品により喘息は悪化します。

主症状

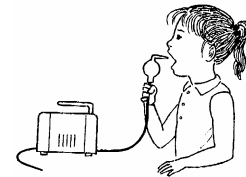
多くの喘息患者は普段、何の症状もなく暮らしていますが、何かのきっかけで急に息苦しくなり「ゼーゼー」「ヒューヒュー」といった音（喘鳴）が出る発作をおこします。



また、慢性的なせき、痰だけの人もいます。

治療

早期から気管の組織変化が見られるため、発作に対して気管支の炎症を抑えるステロイド薬の吸入が推奨されています。キサンチン製剤（テオフィリンなど）は、乳幼児には避けるべきと考えられるようになりました。



予防と管理

1. 室内の整備……ダニの発生しやすいカーペットや布製のソファはできるだけ取り除き、寝具をよく洗ったり日光干しし、後はよくたたいて掃除機をかけましょう。室内での犬、猫や小鳥などのペットの飼育はやめましょう。時々換気を付けましょう。空気清浄機も有効です。
2. 生活と運動……十分な睡眠をとり、規則正しい生活をしましょう。運動は水泳が一番とされていますが、天気のよい日は外で遊ぶことも運動として必要です。
3. 風邪に注意……風邪は喘息発作の引き金になります。日頃から薄着に努め、風邪の流行する時期には人ごみは避けましょう。



外出から帰ったらうがいや手洗いを励行しましょう。

