

## アレルギー性鼻炎について

スギ花粉のシーズンまっただ中だと思います、今回はアレルギー性鼻炎のお話です。通常、お鼻の中に異物（埃、花粉、ダニなど）が入ってくると、鼻粘膜が反応して侵入を防ぐ処置をします。くしゃみで外へ出したり、鼻水で洗い流したり、それでもダメなら粘膜を腫らしてそれ以上中に入るのを防ぎます。簡単に言うところのシステムが特定の物質に対して過剰に反応した状態をアレルギー性鼻炎と言います。

症状は前述の通りくしゃみ、鼻水、鼻詰まり（鼻閉）です。診断するには採血などの検査が必要になります。家の埃や、ペット、スギなどの花粉、個別に判定できますので気になる方はかかりつけの先生にご相談ください。

「アレルギーは遺伝しますか？」とよく聞かれます。スギ花粉に関しては理論的に両親共にスギ花粉症であればほぼ100%お子様もスギ花粉症になります。ただし、花粉に触れることがなければ発症を遅らせることができます。

アレルギー性鼻炎に共通したことです。症状が出ないようにするためにはまずは反応する物質に触れないことが大事です。埃に反応するのであれば、家中はこまめに掃除する、埃が立ちそうな時はマスクする、花粉に反応する人は飛散の時期は出来るだけ外出を控える。外出時はマスク、眼鏡、帰宅時は花粉を外で落としてから家に入る、洗濯物は外に干さない等、原因物質に触れる機会を減らしましょう。

それでも症状が出る場合はかかりつけを受診して頂き、内服、或いは鼻腔への薬剤投与などしっかりした治療を受けましょう。

まとめます。くしゃみなどの症状がありアレルギーの可能性を考える時、或いは御両親様にアレルギーがあり、お子様の症状が気になる時などには、まずどの物質に反応するのか、かかりつけで検査をしてもらいましょう。

反応する物質が解れば、それに触れないような工夫をしてみましょう。抗原に触れなければ症状は起こりません。それでも症状が出現するときにはかかりつけを受診して投薬など適切な治療を受けましょう。