

さざんか

県立北薩病院だより

第161号



アレルギー（花粉症）について

アレルギー疾患とは？

免疫反応が特定の抗原（外来の異物）に対して過剰に起こる疾患のことを言います。免疫反応とは、抗原を排除するために働く、生体にとって不可欠な生理機能です。

代表的な疾患として、アレルギー性鼻炎（花粉症など）、気管支喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、薬物アレルギー、蕁麻疹などがあります。

花粉症とは？

植物の花粉が鼻や目などの粘膜に接触することによってアレルギー反応が引き起こされ、発作性反復性のくしゃみ、鼻水、鼻詰まり、目のかゆみなどの症状が特徴的な症候群です。

植物の花粉と接触することにより免疫を獲得し、その後再びその花粉に接触することで過剰な免疫反応、すなわちアレルギー反応を起こすのが原因です。その他に遺伝的要因や環境的要因も関与しているのではないとも言われています。

現在、日本国民の約30%が花粉症であると言われており、およそ1800～2300万人の患者さんがいると推定されています。



内科部長
福田 弘志

花粉症の原因植物

花粉症を引き起こす植物は60種類以上が報告されています。春先に大量に飛散するスギの花粉が原因であるものが多いのですが、ヒノキ科、ブタクサ、マツ、イネ科、ヨモギなどの植物の花粉によるアレルギーを持つ人もたくさんいます。



花粉症の検査・診断

その症状がアレルギー反応であることを証明し、アレルギーの原因となっている花粉の種類を特定することが必要です。具体的には、鼻汁好酸球検査や血液検査（総IgE定量や特異的IgE）、皮内テストなどです。

花粉症の治療

抗アレルギー薬、ステロイド剤などを使用する対症療法（症状に応じた治療）が治療の中心ですが、アレルゲンワクチンを使用する減感作療法（アレルゲン免疫療法）による根治療法が行われるようになってきています。



裏面へ続く



セルフケアについて

花粉症の症状は、原因となる花粉と接触したときのみ現れるので、花粉との接触を断つことが最も効果的な対策です。

具体的には、外出時のゴーグルやマスクの着用、室内に花粉を持ち込まない、加湿器や空気清浄器の利用などです。



最後に

3月末をもちまして北薩病院を退職することになりました。合計すると約12年間この病院で勤務させていただきました。

皆様、大変お世話になりました、そして、ありがとうございました。

皆様のご健康とご多幸をお祈りいたしております。

内科部長 福田 弘志



★知っておきたい骨粗鬆症



こんな病気です

骨粗鬆症(こつしょうじょう)とは、閉経や老化などをきっかけに骨折するまで痛みもなく進行し、本人が気づかぬうちに**骨がスカスカ**になってしまう病気です。進行するとちょっとしたはずみで骨折しやすくなります。

原因は？

加齢や閉経などにより骨を作る働きよりも骨を壊す働きが強くなると、骨の密度が下がり骨粗鬆症になります。骨を壊す破骨細胞の働きを弱める女性ホルモンが閉経とともに減ってしまうため、男性に比べ女性は骨粗鬆症になりやすいのです。

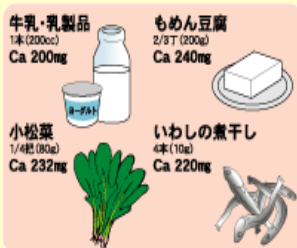
診断方法は？

当院では、骨密度測定装置を用いて検査します。極めて少ないX線を利用した検査

治療方法は？

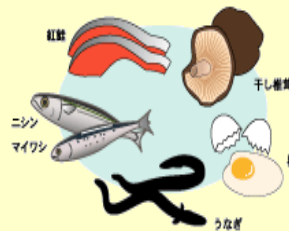
治療は、①骨の吸収を抑える薬。②骨の形成(つくられる事)を助ける薬。③吸収と形成の骨代謝を調整する薬。の中から、内服や注射など1番良い治療方法を決定します。

★毎日コツコツ予防★



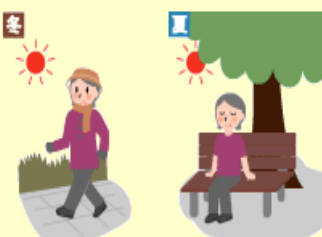
①カルシウムを多めに取りましょう。

小魚や青菜、牛乳・乳製品、大豆製品、海藻など



②ビタミンDでカルシウムの吸収を高めましょう。

魚やうなぎ、干しいたけなど



③体内でビタミンを作るため、適度な日光を浴びましょう。



④取り入れたカルシウムを骨に蓄えるためには運動が大切！

ウォーキングやストレッチなどの軽い運動をしましょう。

