



今年は暖冬のため、凍えるような寒さは例年になく少ないようです。しかしまだ2月ですので、寒さ対策は怠らない様にしましょう。中国での新型コロナウイルス性肺炎も感染が拡大しており、日本への感染拡大が心配されています。

### 今月のトピックス～花粉症について



花粉症というと、イメージ的には3月から4月と思っている方も多いと思いますが、実は1月くらいから花粉（スギやヒノキ）の飛散は始まっています。最近の報告で症状が出始める前に、ヒスタミン受容体をブロックしたほうが良いともいわれています。

花粉症の代表的な症状として、**鼻水・鼻づまり・くしゃみ**の3大症状（アレルギー性鼻炎）に加え**目のかゆみ**（アレルギー性結膜炎）などがあります。

メカニズムは、**スギなどの植物花粉（アレルゲン）**が鼻腔内の粘膜に付着すると、体内で抗体が作られ**マスト細胞**という細胞に結合します。そうするとその細胞から**ヒスタミンなどの物質**が放出され、神経や血管を刺激して症状が出現します。この花粉が目の粘膜に付着すると、目のかゆみや充血などの症状が出ます。

花粉も種類によって飛散する時期が違うので、夏や秋冬にも症状が出ます。

**スギやヒノキ**は**冬～春**、**カモガヤやシラカンバ**は**春～夏**、**ブタクサやヨモギ**は**夏～秋**と時期によってアレルゲンは違います。一年中鼻炎の症状続く方は、アレルゲンが花粉ではなく、ハウスダストやダニの場合があります。これを**通年性アレルギー性鼻炎**とって、花粉症（**季節性アレルギー性鼻炎**）と区別することもあります。これを**通年性アレルギー性鼻炎**とって、花粉症（**季節性アレルギー性鼻炎**）と区別することもあります。これを**通年性アレルギー性鼻炎**とって、花粉症（**季節性アレルギー性鼻炎**）と区別することもあります。これを**通年性アレルギー性鼻炎**とって、花粉症（**季節性アレルギー性鼻炎**）と区別することもあります。

またアレルギー性鼻炎の初発時は、風邪と同じような症状なのでわからない場合があります。発熱や咳などあれば風邪と判断できますし、鼻水がさらっとしていたり、症状が2週間以上続く場合は花粉症と思われるので、医師にご相談ください。



### 今月のお知らせ

一度に**39種類のアレルゲン**を保険診療内で検査することができるようになりました。通常保険では一度に13種類までしか測定できませんでしたが、**アトピー性皮膚炎や食物アレルギーなどの原因検索**のためにセット化されています。この機会に是非、アレルゲンの検索を行ってみてはいかがでしょうか。