

きょうりつ だより



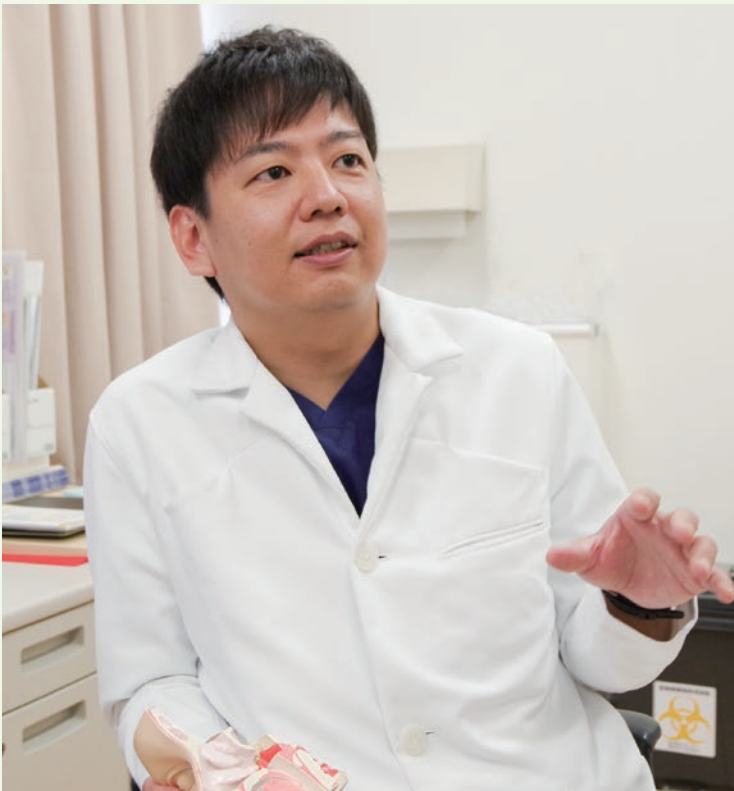
2024年3月発行
発行者/広島共立病院

Vol.56

今回の
テーマ

花粉症の季節がやってきました

— 広島共立病院 耳鼻咽喉科医長 津田 敬 医師 —



春から増える主な花粉の種類

2月				カバノキ科 シラカンバ ハンノキ等
3月	スギ			
4月		ヒノキ		
5月			イネ科 カモガヤ・ハルガヤ・オオアワガエリ・ ギョウキシバ等	
6月				
7月				
8月				キク科 ヨモギ・キク・ タンポポ等
9月				ブタクサ・
10月				

花粉の飛散開始から1～8週の間がピークとなります。特に晴れて気温が高く、空気が乾燥している日ほど飛散数が多くなります。

年々増えている花粉症

花粉症とは鼻粘膜のアレルギー疾患の一つで、繰り返し起こるくしゃみ・鼻漏(鼻水)・鼻閉(鼻詰まり)の3つの症状が特徴です。異物である花粉が鼻の粘膜に付着することにより抗原抗体反応が起こり、その結果として放出される化学伝達物質の影響で上記の症状が出てきます。

花粉症に悩む患者さんは年々増えていて、全国調査では1998年に約30%だった有病率が、2019年には約50%近くにも増加しています。このうちスギ花粉症の割合がもっとも高く、

2019年では4割近くをスギ花粉症が占めています。理由としては、戦後全国的に植樹されたスギの多くが花粉生産能力の高い樹齢となったことと関係があるとされています。また、低年齢化が進んでいるのも特徴で、症状が重くなると勉強や仕事、日常生活にまで悪い影響が及び、QOL(生活の質)の低下につながっていきますので、適切にコントロールすることが大切です。

なお、花粉症と同じ症状のアレルギー性鼻炎には通年性のものもあり、その原因は主にハウスダストやダニ等です。

中面では花粉症の治療や対策についてご紹介します!

広島共立病院での 花粉症の治療

診断・検査

花粉症の診断について

前版の「鼻アレルギー診療ガイドライン」では、皮膚テストや血液検査などでアレルギーを引き起こす原因(アレルゲン)を特定する検査の重要性が強調されていましたが、患者さんが増えた現在では、鼻粘膜の所見や症状によってアレルギー性鼻炎であると診断し、治療を始めてよいと変更され、より実地医療に即したものになっています。小さいお子さんに無理に痛みを伴う検査をしなくても良いので安心です。

しかし治療を始めてもあまり効果がない場合や、症状が一年中続くような場合は、花粉以外の原因を探るために血液検査やスクラッチ検査^{*}などを行います。これらの検査でアレルゲンが何であるかを調べ、より効果のある治療へとつなげていきます。

(※皮膚に小さな傷を付け、そこにアレルゲンを垂らして反応を観る検査)

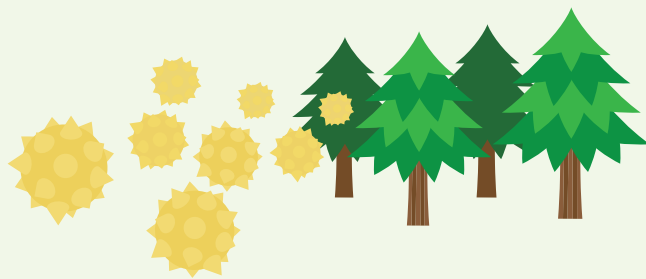
治療-1

薬物療法

花粉症の治療で最初に始めるのが薬物療法です。症状によって「鼻汁・くしゃみ型」、「鼻閉型」、両方を合わせた「充全型」に分けられ、重症度も踏まえて薬を選択します。処方される薬は飲み薬と点鼻薬が主となります。

花粉症の薬物療法はいわゆる対症療法で、症状を抑えることが目的であり、薬を飲む期間は長くなる傾向にあります。患者さんの低年齢化が進んでいることもあり、効果がありながら副作用が少なく、費用面も考えた適切な薬を選ぶことが重要です。自己判断で市販薬を濫用したりすると逆効果になることもありますので、医師や薬剤師の指導に従って慎重に服薬するようにしましょう。また、花粉症の薬の中には、飲み始めてから効果が出るまでに時間のかかるものもあります。花粉症であるとはっきりわかっている場合、花粉が飛散し始めて症状が出るその前から服薬を始めるのが初期療法です。初期療法によって薬の効果がより上がり、症状が楽になることもありますので、毎年悩まれている方は医師にご相談ください。

さらに既存の治療で効果不十分な重症スギ花粉症の患者さんに対しては、年齢や検査結果等で一定の基準を満たすことが必要ですが、効果の高い生物学的製剤を注射する治療法もあります。



アレルゲン免疫療法

アレルゲンを少量体内に取り込み、体を少しずつ慣らすことで体質そのものを改善して治癒を目指すのがアレルゲン免疫療法です。舌の下にアレルゲンを投与する舌下免疫療法(SLIT)の登場により、かなり知られるようになってきました。治療には3年から5年と長い期間が必要で、現在はスギ花粉症とダニアレルギーにしか対応していませんが、根本的に治すことが期待でき、副作用の心配も少ない治療法です。

治療-2

手術療法

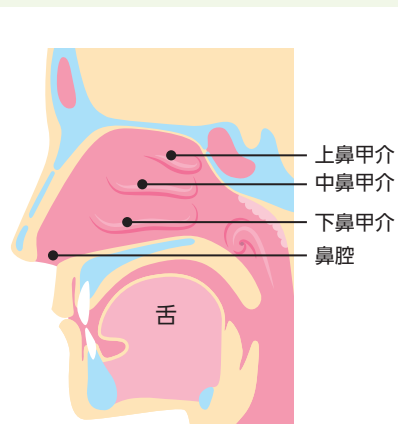


内視鏡を使った鼻腔の手術

薬物療法であまり症状が抑えられず、症状が重く、さらには鼻腔(鼻の中)の形に異常があるなどの場合は手術を行うこともあります。

手術は内視鏡を使って行い、変形した鼻中隔(びちゅうかく/鼻腔を左右に隔てる壁)や肥厚した下鼻甲介(かびこうかい)の骨や軟骨、変形した粘膜を一部切除することで鼻の通りを改善します。またその際、鼻汁やくしゃみを良くする目的として後鼻神経の枝の切断を同時に行うこともあります。

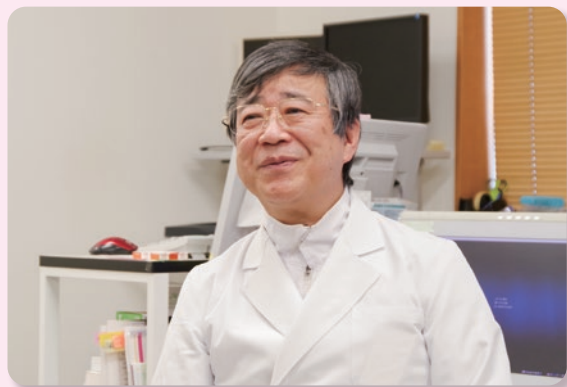
手術療法は一年中、鼻詰まりを中心とした



広島共立病院が連携している地域のドクターをご紹介!! >>>>>>

ご近所ドクター訪問

～耳鼻咽喉科くにもと医院～



くにもと まさる
院長 國本 優 先生

Q 医院の特徴を教えてください。

2004年に開業し、地域に貢献して20年目を迎えました。スタッフ8名で感染症やアレルギー性疾患など耳・鼻・喉に関わる幅広い領域で診療をしています。年配の患者さんに摂食嚥下指導も行っており、内視鏡を使って喉の動きを撮影し、その映像を本人に見てもらうことで、より効果的なりハビリテーションにつなげています。スタンダード治療をベースとして、日々進歩する治療法などにアンテナを広げ、知識・技術のアップデートに努めています。

Q 日頃から心がけていることは?

患者さん一人ひとりと接する限られた時間の中で、診断結果、治療法などをはっきりとわかりやすく伝えることです。また、どんな症状で来院されても視診・触診をして腫瘍などを早期発見するためのスクリーニングも行っています。小児の患者さんも多く、目線を工夫したり優しく声かけするなど、恐がらせないように処置することを意識しています。症状改善のためには継続的な治療が不可欠ですので、通いやすさも視野に入れてクリニック選びをしていただければと思います。

Q 広島共立病院との連携について教えてください。

日頃から入院や手術が必要な患者さんを受け入れていただいております。いつも迅速な対応に助けられています。休診日でも緊急の患者さんの対応をしていただけるので、安心してお任せできます。

- 診療科：耳鼻咽喉科
- 診療時間：午前／9:00～12:00
午後／15:30～18:30
(木曜午前は完全予約制、検査・手術日)
- 休診日：木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

耳鼻咽喉科くにもと医院



〒731-3164 広島市安佐南区伴東7-59-28
TEL:082-811-8133
<https://www.kunimoto-clinic.jp/>

重い症状に悩まされ、薬の服用を続けている患者さんにとっては期待の高い治療法です。定期的な通院が負担になったり、眠気など副作用を避けたい患者さん、また今後妊娠や出産を考えていて薬を飲みたくない患者さんに適しています。

普段の生活でできる対策

ポイント できるだけ体内に入る花粉の数を減らすことが肝心です。花粉はウイルスや細菌よりもずっと大きいので、薬品等を使わずに避けたり除いたりすることができます。

花粉症は花粉に対する体の反応ですので、原因である花粉をできるだけ中に入れないことが一番の対策となります。それにより、少しでも症状を軽くしたり、まだ花粉症になっていない方の予防につなげることができます。

簡単で有効なのはマスクと眼鏡です。マスクは吸い込む花粉の総数を1/6から1/3まで減らせ、眼鏡をかけると目に入る

花粉の総数を1/3から半分にまで減らすことができると言われています。

また、花粉が飛び始める前から対策することも重要で、そのためにテレビや各種WEBサイトなどで花粉の最新情報に常に気を配っておくようにしましょう。



その他の花粉対策

- ✓ 花粉が付着しにくい滑らかな生地の服を着る
- ✓ 家に入る前に服や髪の毛をブラシ等で払う
- ✓ うがい、洗顔をしっかりする
- ✓ 花粉の時期は窓を開けっ放しにしない
- ✓ 洗濯物は室内に干す
- ✓ 掃除をしっかりする、特に窓際をきれいに

診療案内(2024年3月版)

予約制 は事前予約が必要です。
予約可 は予約なしでも受診可能です。

※第2・第4土曜日は休診です。

	診察開始～受付終了	専門外来等	月	火	水	木	金	土
内科 <small>(当院に初めて受診される方は予約制ではありません)</small>	9:00～11:30	総合診療内科 予約可	藤原・山田 橋本	吉國・山田 前谷	山田・橋本 前谷	鷹屋・藤原 吉國・久保田 舟木(洋)	山田・楠 橋本・前谷	1週 鷹屋・山田・吉國・前谷 3週 鷹屋・山田・吉國・川先 5週 鷹屋・山田・吉國・文替
		循環器内科 予約制	鷹屋・楠	板倉	鷹屋・村田	村田		
		呼吸器内科 予約制		小西				
		消化器内科 予約制		加太	吉見	西原	源	1・3・5週 源・久保田
	糖尿病内科 予約制	森下	松田	森下	福井	森下	1・3・5週 森下	
	14:00～16:30	予約制	藤原・大谷 大谷			秦		
	17:00～18:30 <small>(定期通院されている予約の方のみ)</small>	リウマチ科 予約制			1・3・5週 舟木(将)			
		循環器内科 予約制				鷹屋		
		呼吸器内科 予約制				2・4週 木山		
		消化器内科 予約制				西原		
		糖尿病内科 予約制				森下		
緩和ケア内科	9:00～11:30	予約制	本家	舟木(洋)	本家	本家	加太	
脳神経内科	9:00～11:30/14:00～16:30	予約制	柁津					
精神科	9:00～11:30	予約制				山本		
リハビリテーション科	9:00～11:30	○理学・作業・言語・物理の各療法 予約制	○	○	○	○	○	1・3・5週 ○
	13:30～16:30		○	○	○	○	○	
外科	9:00～11:30	予約可	大田垣 古川	長嶺 平野	大田垣 (受付10:30まで)	大田垣 平野	長嶺 古川	1週 長嶺・平野 3週 古川・大田垣 5週 交替
乳腺外科	9:00～11:30	予約制	1・3・5週 重松		重松			1・3・5週 重松
	13:00～15:30	予約制					平岡	
呼吸器外科	14:00～15:30	予約制	坪川					
心臓血管外科	14:00～16:30	予約可				小澤/高崎 交替		
脳外科	14:00～16:30	予約制					広島大学	
整形外科	9:00～11:30	予約可	市川・濱西 札幌	田中 森	森 辻	市川・田中 札幌	田中 濱西	1週 森・濱西 3週 田中・札幌・市川 5週 市川・濱西
	16:00～18:30	予約可		濱西 1・3・5週 市川 2・4週 札幌		森 古田		
形成外科	9:00～11:00	予約可		佐々木				
小児科	9:00～11:30	☐ 小児一般 予約可	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 森下	☐ 友田	☐ 1・3・5週 森下
	14:00～15:00	☑ 予防接種 予約制	14:00～14:30 田森下		☐ 14:00～16:30 1・3・5週 森下 2・4週 友田	14:00～14:30 田友田	☐ 1・3・5週 森下～14:45 2・4週 友田～14:45	
	15:00～16:30	☑ 乳児健診 予約制	15:00～16:30 田森下				15:00～16:30 田森下	
	12:30～17:00	カウンセリング 予約制	島田・芳西			島田・芳西	島田・芳西	
婦人科	9:00～11:30	初診(再診) 予約可	藤本	藤本	藤本	三田尾	藤本	1・3・5週 藤本
	14:00～16:00	子宮がん検診 予約可	藤本	藤本	藤本	三田尾	藤本	↑午前も休診の場合あり
耳鼻咽喉科	9:00～11:30	予約可	津田	津田	津田	津田	津田	1・3・5週 津田
	14:00～16:00	月・木は補聴器外来(予約制) 予約可	津田	津田	津田	津田	津田	↑午前も休診の場合あり
泌尿器科	9:00～11:30	月・木は10:00～ 予約可	広島大学		広島大学	広島大学	広島大学	1・3・5週 広島大学
	14:00～16:30	月・木は16:00まで 予約可	広島大学			広島大学	広島大学	↑午前も休診の場合あり
眼科	9:00～11:30	予約可	河野	都		皆本		
皮膚科	9:00～11:00	予約制	松尾				山崎	
健診	市・被爆者・協会けんぽ等 各種健診・人間ドック他 (☑ 乳がん検診(外来外科も含む))	午前 予約制	中増 桑原	源 桑原	中増・桑原 池上	桑原・宮崎 池上	中増・桑原 池上	1・3・5週 清平・中増・池上
		午後 予約制	中増	桑原	中増・桑原 池上	桑原 池上	中増 池上	



アクセス

アストラムライン・JR可部線 大町駅より 徒歩約5分
 中須バス停より 徒歩約3分
 アストラムライン古市駅より 徒歩約5分

無料送迎バス
 アストラムライン上安駅・大町駅
 フジグラン緑井店前より



病院機能評価認定
 厚生労働省指定基幹型臨床研修病院



広島医療生活協同組合

広島共立病院

HIROSHIMA KYORITSU HOSPITAL

https://www.hiroshimairyo.or.jp

〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20

TEL 082-879-1111(代)

FAX 082-879-6964

E-mail kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp

