

生き生き/
ライフ

■ 小児の気管支喘息

久米 庸平医師



ライフ

月曜掲載

冬は乾燥した冷気の吸入やインフルエンザなどの感染症により気管支喘息（喘息）の発作を起こすことがあります。喘息は気道に炎症が持続している状態で、急性増悪（発作）により気道が狭くなり、咳やヒューヒュー・ゼーゼー（喘鳴）、呼吸困難などの症状を繰り返す病気です。食物アレルギーやアトピー性皮膚炎がある子、家族歴に喘息がある子などは喘息になりやすいと言われています。

喘息の発症や増悪の誘因として家の中のダニやハウスダスト、動物の毛、タバコの煙、花粉・黄砂・PM2.5などの大気中の汚染物質、呼吸器感染症、気象変化などの環境因子が関わります。喘息発作を予防するため、

冷気の刺激マスクで防ぐ

周囲における喫煙やペット飼育の回避、布製の敷物やソファの使用を避ける、寝具の清掃などが重要です。

冬の外出時のマスク着用は感染予防のほか、乾燥した冷気の気道刺激を防ぐ効果もあります。またエアコンや加湿器の使用が増えるため、フィルターの掃除、カビやダニが増えないよう適切な湿度管理が必要です。

喘息治療は①予防と②発作時の治療に分けられます。

①予防は内服薬とステロイド吸入が中心です。吸入薬をうまく吸えない乳幼児は吸入器や補助具を使用します。最近では生物学的製剤という注射薬の使用でコントロールが難しい喘息治療も可能になってきました。

②発作時の治療は気管支拡張薬の吸入や内服、点滴でのステロイド投与です。胸がペコペコへこむ、苦しくて話せない、横になれないなどの症状は強い発作のサインであり、直ちに医療機関を受診しましょう。

喘息を上手にコントロールすることで制限なくスポーツや日常生活を送ることができます。そのためには喘息発作に関わる環境因子を回避し、予防薬をきちんと続け、定期的な医療機関受診を心がけましょう。（県医師会会員、福島医大小児科学講座助教）

一次回掲載 2月24日

協力・県医師会

小児の気管支喘息

県医師会員 久米 庸平

（福島市 福島医大小児科学講座助教）



冬は乾燥した冷気の吸入やインフルエンザなどの感染症により気管支喘息（喘息）の発作を起こすことがあります。喘息は気道に炎症が持続している状態で、急性増悪（発作）により気道が狭くなり、咳やヒューヒュー・ゼーゼー（喘鳴）、呼吸困難などの症状を繰り返す病気です。食物アレルギーやアトピー性皮膚炎がある子、家族歴に喘息がある子などは喘息になりやすいと言われています。

喘息の発症や増悪の誘因として家の中のダニやハウスダスト、動物の毛、タバコの煙、花粉・黄砂・PM2.5などの大気中の汚染物質、呼吸器感染症、気象変化などの環境因子が関わります。喘息発作を予防するため、

ダニやタバコ避けて

冬は乾燥した冷気の吸入やインフルエンザなどの感染症により気管支喘息（喘息）の発作を起こすことがあります。喘息は気道に炎症が持続している状態で、急性増悪（発作）により気道が狭くなり、咳やヒューヒュー・ゼーゼー（喘鳴）、呼吸困難などの症状を繰り返す病気です。食物アレルギーやアトピー性皮膚炎がある子、家族歴に喘息がある子などは喘息になりやすいと言われています。

喘息の発症や増悪の誘因として家の中のダニやハウスダスト、動物の毛、タバコの煙、花粉・黄砂・PM2.5などの大気中の汚染物質、呼吸器感染症、気象変化などの環境因子が関わります。喘息発作を予防するため、

周囲における喫煙やペット飼育の回避、布製の敷物やソファの使用を避ける、寝具の清掃などが重要です。

冬の外出時のマスク着用は感染予防のほか、乾燥した冷気の気道刺激を防ぐ効果もあります。またエアコンや加湿器の使用が増えるため、フィルターの掃除、カビやダニが増えないよう適切な湿度管理が必要です。

喘息治療は①予防と②発作時の治療に分けられます。

①予防は内服薬とステロイド吸入が中心です。吸入薬をうまく吸えない乳幼児は吸入器や補助具を使用します。最近では生物学的製剤という注射薬の使用でコントロールが難しい喘息治療も可能になってきました。

②発作時の治療は気管支拡張薬の吸入や内服、点滴でのステロイド投与です。胸がペコペコへこむ、苦しくて話せない、横になれないなどの症状は強い発作のサインであり、直ちに医療機関を受診しましょう。

喘息を上手にコントロールすることで制限なくスポーツや日常生活を送ることができます。そのためには喘息発作に関わる環境因子を回避し、予防薬をきちんと続け、定期的な医療機関受診を心がけましょう。（県医師会会員、福島医大小児科学講座助教）

生き生き/
ライフ

■花粉症

多田 靖宏医師



ライフ
月曜掲載

「花粉症」とは、アレルギー性鼻炎のうち原因物質（アレルゲン）が植物の花粉の場合に呼ばれます。花粉が空中に舞い、鼻や口などの呼吸器や目に入ることによって、身体が異物として認識して外に排出しようとするので、くしゃみ、鼻みず、涙が出やすくなります。スギの花粉がもっとも広く知られていますが、春のカモガヤや夏から秋のブタクサ、ヒノキなども知られています。

花粉症の主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりですが、目のかゆみや充血、せき、のどの痛み、頭痛を来すこともあります。確定診断は皮膚テストや血液検査でアレルゲンを見きわめます。血液検査の場合は一度に複数のアレルゲンを測定することが可能で、すぐ結果が出る機器も開発され

治療 貼り薬や製剤注射も

ています。

花粉症の治療法は以下の通りです。

①薬物療法…アレルギーを抑える内服薬、点鼻薬、点眼薬などを使って症状を和らげる方法です。近年は貼り薬も登場しました。ドラッグストアで購入できる市販薬も充実してきています。種類によっては眠気を誘発する場合があります。必要が必要です。

②免疫療法…スギ花粉の成分を毎日内服して徐々に身体を慣れさせる方法で、体質を変えて根気が望める治療法です。ただし月に1回程度の診察を数年にわたり繰り返すため根気が必要になります。

③生物学的製剤…比較的最近開始された治療法で、製剤を皮下注射してアレルギー反応をブロックする方法です。有効性は高

いですが、一定の間隔で長期間自己注射を行う必要があります。治療費が高額になる場合があります。

④手術療法…鼻粘膜をレーザーで焼く方法が一般的で、局所麻酔での日帰りや短期手術が可能ですが、施設により対応は異なるので医療機関に直接お問い合わせください。

重症度により必要な治療は変わりますので、花粉症を疑う場合はなるべく早く耳鼻咽喉科専門医を受診することをお勧めいたします。

（県医師会員、福島市、福島赤十字病院、耳鼻咽喉科主任部長）

一次回掲載3月17日

協力・県医師会

福島民報新聞
R7.2月3日号
日常のカルテ
多田靖宏先生

花粉症

県医師会員 多田 靖宏
(福島市、福島赤十字病院耳鼻咽喉科主任部長)



日常の
カルテ

花粉症とは、アレルギー性鼻炎のうち原因物質（アレルゲン）が植物の花粉の場合に呼ばれます。花粉が空中に舞い、鼻や口などの呼吸器や目に入ることによって、身体が異物として認識して外に排出しようとするので、くしゃみ、鼻みず、涙が出やすくなります。スギの花粉がもっとも広く知られていますが、春のカモガヤや夏から秋のブタクサ、ヒノキなども知られています。

花粉症の主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりですが、目のかゆみや充血、せき、のどの痛み、頭痛を来すこともあります。確定診断は皮膚テストや血液検査でアレルゲンを見きわめます。血液検査の場合は一度に複数のアレルゲンを測定することが可能で、すぐ結果が出る機器も開発され

誰もがかかる可能性

花粉症の発生、発症は年々増加傾向にあります。風邪と花粉症を併発する場合は鼻汁が黄色になります。鼻の粘膜は乾燥しやすいため、鼻の粘膜が乾燥すると、鼻の粘膜が傷つき、鼻汁が黄色になります。鼻の粘膜が乾燥すると、鼻の粘膜が傷つき、鼻汁が黄色になります。

花粉症の治療法は以下の通りです。

①薬物療法…アレルギーを抑える内服薬、点鼻薬、点眼薬などを使って症状を和らげる方法です。近年は貼り薬も登場しました。ドラッグストアで購入できる市販薬も充実してきています。種類によっては眠気を誘発する場合があります。必要が必要です。

②免疫療法…スギ花粉の成分を毎日内服して徐々に身体を慣れさせる方法で、体質を変えて根気が望める治療法です。ただし月に1回程度の診察を数年にわたり繰り返すため根気が必要になります。

③生物学的製剤…比較的最近開始された治療法で、製剤を皮下注射してアレルギー反応をブロックする方法です。有効性は高いですが、一定の間隔で長期間自己注射を行う必要があります。治療費が高額になる場合があります。

④手術療法…鼻粘膜をレーザーで焼く方法が一般的で、局所麻酔での日帰りや短期手術が可能ですが、施設により対応は異なるので医療機関に直接お問い合わせください。

重症度により必要な治療は変わりますので、花粉症を疑う場合はなるべく早く耳鼻咽喉科専門医を受診することをお勧めいたします。

（県医師会員、福島市、福島赤十字病院、耳鼻咽喉科主任部長）

一次回は3月17日掲載