

普及講演 1

花粉症と岡山の花粉カレンダー

- 名部 誠 （吉備高原医療リハビリテーションセンター内科・備讃空中花粉研究会 ）
板野久実子（吉備高原医療リハビリテーションセンター検査科・備讃空中花粉研究会 ）

1：はじめに

花粉症は、近年増加傾向にあり、花粉症の有病率は10%から15%と推定されている。最近は、毎年、春のスギ・ヒノキ花粉のシーズンになると花粉症の話題がテレビや新聞で頻回に取り上げられるようになり、また、一般市民向けの講演会も多く開催されるようになった。

今回、日本花粉学会第48回大会の普及講演として、「花粉症治療の最前線」をテーマに、耳鼻科、眼科、呼吸器内科、薬学の分野で、専門的に治療・研究をされている先生がたに、最新の情報をわかりやすく解説していただく機会を得る事ができた。講演会のコーディネーターとして、講師の先生方のご講演の前に、花粉症の概説、最近の岡山での花粉の飛散状況、および備讃空中花粉研究会の活動内容を紹介したい。

2：花粉症とは

最近の日本では花粉症といえば、スギ・ヒノキ花粉症が最も多く、一般的にもよく知られている。しかし、夏から秋にかけてのイネ科の花粉症や、秋のキク科の花粉症も忘れてはならない。花粉症の症状として多いのは、くしゃみ・鼻づまり・鼻水を特徴とする鼻炎症状。流涙、目のかゆみ、結膜充血を特徴とする結膜炎症状が主であるが、時には、咳、喘鳴、呼吸困難発作など気管支喘息様症状が見られる事もある。花粉症は樹木や草花の花粉が原因物質となり、人体でアレルギー反応を惹起させ症状が出現するものであり、アレルギー性鼻炎や気管支喘息でも、ダニやカビが原因となる場合は花粉症とは言わない。

花粉症は、原因となる花粉の飛散する時期に一致して症状が現れるのが特徴で、たとえば、スギ・ヒノキ花粉症はおもに2月から5月の初旬までが発症時期であり、その他の時期では見られない。イネ科の花粉症は、5月下旬から9月にかけて症状が出現する。現在まで花粉症の原因となる多くの花粉が報告されているが、日本では1961年に報告されたブタクサ花粉症以後60種類以上が報告されている。

3：岡山の花粉カレンダー

空中飛散花粉の観測は、強制的に一定時間に一定量の空気を吸引し、ろ紙や粘着テープに吹き付けて採集する容量法（体積法）と、風に運ばれてくる花粉が、重力に従って落下するものを、白色ワセリンなどの粘着物質を塗布したスライドガラスなどに付着させ採集する重力法がある。一般的には、廉価で最も普及しているダラム型花粉採集器が用いられる事が多い。スギ・ヒノキ花粉に関すれば最近光源に半導体レーザーを用い、リアルタイムで経時的に測定できる装置が開発された。

一年を通して、飛散花粉を観察すると、それぞれの時期に特徴的な花粉が観察される。岡山県では1976年に初めて国立岡山療養所（現：国立病院機構・南岡山医療センター）で一年を通じて花粉観測が行われ、花粉カレンダーとして掲載されている。最近3年間、当院でも同様に年間を通じて花粉観測をおこなったが、2月から6月にかけてはスギ・ハンノキ・ヒノキ・マツ・シラカンバ・コナラなど樹木の花粉が順次飛散してくる。年により差があるがスギ・ヒノキ花粉の飛散量は他の花粉に比較して非

常に多い。5月上旬よりイネ科の花粉が飛散開始し、10月上旬まで続くため、イネ科花粉症は初夏から秋までの長い期間症状が続く。9月10月になると、キク科の花粉が飛散し、秋の花粉症の主役となる。10月、11月になると、わずかではあるがスギの花粉が春を待ちきれず飛散する場合があるため、春がシーズンのスギ・ヒノキ花粉症が、秋に希に症状が発現して病院を受診するケースもある。鼻水、鼻閉、くしゃみ、流涙、結膜充血などの症状が持続するときは、症状が夏や、秋であってもイネ科、キク科の花粉症を鑑別疾患として考慮すべきである。

4：備讃空中花粉研究会とその活動

花粉症の治療は、自分自身で対処するセルフケアと、治療薬や医学的な処置で対処するメディカルケアとがある。セルフケアで重要な点は、花粉情報に注意して。①花粉の飛散の多い時は外出を控える。②花粉飛散の多い時は、外出時にマスク・メガネを着用する。③外出から帰ったら洗顔・ウガイを行い、鼻をかむなど、花粉への暴露をできるだけ最小限にすることである。セルフケアを行うには、的確な花粉情報・花粉飛散予測が提供される事が重要である。スギ・ヒノキ花粉症については、シーズン中のスギ・ヒノキの花粉飛散総数は、前年の夏の最高気温・日照量・降水量、さらに前年までのスギ・ヒノキ花粉の飛散状況が影響し、日々の花粉の飛散は、スギの雄花の着花状況、気温や風向きなどの天候が影響してくる。従って、正確なスギ・ヒノキ花粉飛散予測を提供するためには、気象に関する知識や、スギ・ヒノキの花芽の観察、経年的なスギ・ヒノキ花粉の飛散数の観測が必須となる。備讃空中花粉研究会は岡山県を中心に、広島・山口・島根・鳥取・香川・愛媛の気象予報士・医師・薬剤師・教諭などの会員によって構成されている研究会で、シーズン中のスギ・ヒノキの花粉飛散数の観測を行い、気象情報の影響を考慮した日々の花粉飛散予測を1988年よりテレビ局や新聞社、薬剤メーカーなどを通じて医療機関や一般市民に提供している。また、会員の花粉に関する知識の向上と、観測の手技の確立および、より正確な花粉予測の提供のため、年2回の総会を開催し、研究成果と測定結果を、年会誌として報告している。2005年からは年に一度、NPO花粉情報協会などとの共催で公開講演会「スギ・ヒノキ花粉と花粉症」を開催し、花粉症の予防と知識の普及に努めている。また、観測されたデータの一部は、NPO花粉情報協会に提供し、広域の花粉飛散予測に貢献している。

5：おわりに

花粉症、岡山の飛散花粉の状況、備讃空中花粉研究会の活動の概略について説明した。今回は、花粉症の代表的な疾患である、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎、気管支喘息について専門の先生に最近の治療を中心にご講演をお願いしている。また、薬学の分野から、最近の治療薬、最近注目をあびている花粉症に効果がある健康機能食品についてご講演をお願いしている。少しでも多くの方に、聴講していただき、花粉症の予防、症状の改善に役立てていただきたい。