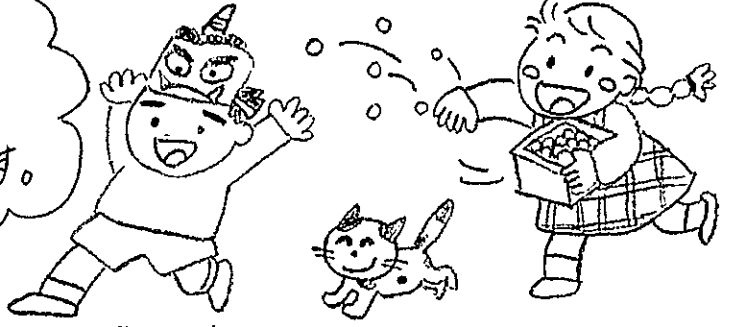


# ほほえみ窓

第 268 号  
R3.2.1 発行

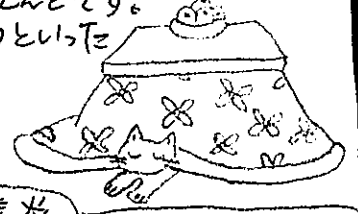


今回のテーマは「アレルギーについて」です。



## 【アレルギーとは】

現在、日本では2人に1人が何らかの物質に対してアレルギーを持つとされており、年々患者数が増加傾向にあることが問題となっています。  
本来“免疫”とは、体の中に侵入した細菌やウイルスなどを攻撃し、私たちの体を守ります。しかし、食物や薬剤、花粉、ほこりなど、通常は体に大きな害を与えない物質に対して、過剰な免疫反応により、全身に様々なアレルギー症状が引き起こされるのです。  
“アレルギー疾患”は1つの病名ではなく、このような免疫反応の異常によって生じる病気の総称であり、様々な種類があります。(食物アレルギー・気管支喘息・花粉症・アトピー性皮膚炎・アレルギー性鼻炎)  
アレルギーは症状も多様であり、軽症なケースは自然に軽快することがほとんどです。しかし、重度な場合には呼吸困難を生じたり、血圧が低下して意識を失うといった“アナフィラキシー症状”が生じたりすることもありますので注意が必要です。



## 【主なアレルギー疾患】

### 気管支喘息

ダニやハウスダストなどを原因として(原因が特定できないこともある)、気管支に慢性的な炎症が起こるアレルギー疾患です。  
気候や運動、ストレスなどのちょっとした刺激に過敏に反応して気道が狭くなったり、ゼーゼーと胸から聞こえる喘鳴や息切れ、咳、胸が締め付けられるなどの症状があらわれます。  
治療では気道の炎症を鎮めるための薬を長期間の服用、発作の際には気管支拡張薬を用い、症状をおさえます。

### アトピー性皮膚炎

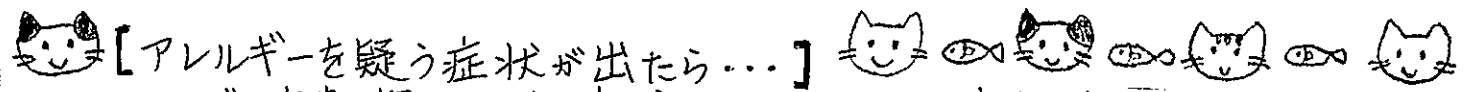
皮膚のバリア機能が弱いなど、生まれ持った体質に加え、ダニやハウスダストなどのアレルゲンなどの環境条件が揃うことで発症するアレルギー疾患です。  
強いかゆみの特徴で、顔や首、肘の内側や膝の裏や体幹に皮疹がみられます。軽症の場合は乾燥やかゆがる程度ですが、かき壊して悪化してしまうこともあります。  
炎症に対してはステロイド外用薬や保湿剤などを使用してスキンケアをしながら治療していきます。

### 食物アレルギー

白米や小麦、甲殻類などの様々な食材をアレルゲンとして食物アレルギーは引き起こされます。最も多くみられる症状はかゆみや蕁麻疹、むくみといった皮膚症状です。また、くしゃみや鼻水、目の充血や口の中、唇などの違和感、下痢や吐き気、嘔吐などもあります。  
小さな子どもに食物アレルギーが多いのは、消化吸収の機能が未熟なため、食べた物を異物として認識してしまっていますが、成長するにつれて、症状が出なくなる場合も多くなります。

### アレルギー性鼻炎

ダニやハウスダストなどのアレルゲンが身体に侵入し、それを排除しようと発症するのが“アレルギー性鼻炎”です。くしゃみ・鼻水・鼻づまりが三大症状です。  
抗ヒスタミン薬や抗アレルギー薬や、鼻症状を抑える鼻噴霧用のステロイド薬などを使った薬物療法が一般的です。



## 【アレルギーを疑う症状が出たら...】

アレルギー疾患を疑われるような症状があらわれた場合、安易な自己判断はNGです。自己判断による市販薬での対処などは悪化してしまうおそれがあります。  
喘息であれば呼吸器内科や子供の場合は小児科へ、鼻炎や花粉症は耳鼻咽喉科などのように専門医の診察を受けることが重要です。