



花粉症

花粉症とは

花粉に対するアレルギーで症状が起こります
最近では早ければ1~2歳でも発症するケースがあるようです
スギ・ヒノキが代表的ですが カモガヤ・オオアワガエリなどのイネ科植物やブタクサ等
雑草系が原因となることもあります

症状は？

くしゃみ 鼻水 鼻づまり 目の痒み
喉の違和感やイガイガ感 皮膚の痒みが出ることもあります
こどもは風邪をひくことも多く、症状も似ているため区別が難しいです

治療は？

*症状に応じてアレルギーを抑える飲み薬や点眼・点鼻薬などの対症療法が基本です
症状が軽い場合は花粉飛散開始の時からでも対応可能ですが 症状が重い場合は花粉飛
散開始の少し前から内服を開始することで症状を軽減させる効果が期待できます
*アレルギー反応を弱めていくための舌下免疫療法（5歳以上が対象）もあります

原因となる花粉の種類（代表的なもの）

スギ

症状を引き起こす代表的な植物です スギは花粉の運搬を風に頼っていて 虫や小鳥に
花粉を運んでもらう植物よりも花粉を大量につくります そのため森林のない都会へも風
に乗った花粉が大量に運ばれます 関東では2月~4月が非常に多いです

ヒノキ

スギよりやや遅れて飛び始めます スギ花粉症の人はヒノキの飛散が加わることで症状が
強まることがあります 関東では3月中旬~4月下旬が非常に多いです

イネ科植物（カモガヤ ホソムギ ハルガヤ ススキなど）

イネ科植物の花粉は遠くまでは飛散しないのですが 河川敷など身近な自然にも多く自生
しています 関東では5月上旬~6月中旬が非常に多いです

キク科植物（ブタクサ ヨモギ）

道端や空き地 野山に分布しています 散歩やジョギングの時などは注意を！
関東でブタクサの飛散が多い時期は8月下旬~9月下旬 ヨモギは9月中旬頃となります

