

スギ花粉シーズンを終えて思ったこと



ようやくスギ花粉シーズンが終わりました！で、ふと先日 TV でスギ花粉のシーズンオフに開始する治療法「舌下免疫療法」の紹介していたのを思い出したので、来年以降に向けて、何かオフシーズンに出来る花粉症対策はなるのかと調べてみました。

[舌下免疫療法]

○舌下免疫療法とは

花粉症の原因である花粉エキスを、ほんのわずかに持続的に舌下に投与し、それによって身体を花粉に慣らしてアレルギー症状を和らげるという治療法です。

長期間に渡って少量の花粉尘アレルゲンエキスを持続的に体内に取り込むことにより身体が花粉を異物だと思わなくなり、花粉飛散シーズンになっても花粉が異物と認識されず、アレルギー症状が起こらなくなるというわけです。

舌下免疫療法で用いる薬はスギ花粉エキスなので、スギ花粉による花粉症だけが対象で、年齢について日本では 12 歳以上となっています。また、妊娠中の人やぜんそく症状が強い人など、治療を受けられない人もいますので、医師に事前に確認してもらうことは必要です。

効果は、花粉症の時期に花粉症に対する薬が必要なくなる寛解に至る方は 20%程度ですが、症状がかなり和らいで楽になるという有効な方まで含めると、有効率は 80%程度になるそうです。

○舌下免疫療法のやり方

自分でスギ花粉エキスを 1 日 1 回舌の下に投与し、2 分間待った後飲み込みます。効果を最大限に発揮させるために舌下への投与後、5 分間はうがいや飲食を避け、副作用の発現を避けるために 2 時間は激しい運動や入浴などは控えます（※初回投与のみ医者のもとで服用します。）

これを毎日、最低 2 年間（～5 年間）程度継続する必要があります。長期間の治療になってしまいますが、体内で花粉を異物と認識させなくするためにはどうしても必要な期間となります。途中でやめてしまうと効果がなくなってしまうので継続することが一番大切です。

ここで注意してほしいポイントは“花粉飛散シーズンには行わない”ということです。「花粉症の治療なのに花粉症の時期にやらないなんて…」と思われるかもしれませんが、花粉が飛んでいる時期に開始すると抗原との接触量が増えてしまうため、花

粉症の症状が悪化する恐れがあるためです。以上から、[花粉が飛散しない](#)、6月から11月の間に治療を開始しないと**いけません**

○費用は？

舌下免疫療法は、2014年に「[シダトレン スギ花粉舌下液](#)」が保険適用となり3割負担だと年間2万円程度で受けられるそうです。

『花粉症が治る!?最新治療法「舌下免疫療法」の真相に迫る！いしゃまち』参照

[レーザー治療法]

○花粉症治療のレーザーとは？

鼻の粘膜に弱い出力のレーザー光を照射して、粘膜の腫れやむくみを取る方法のことをいいます。粘膜の反応を鈍らせるレベルに弱め、機能を破壊することなく、アレルギー症状を軽減できるようになったのです。治療時間そのものは10分～30分程度。出血や痛みなどもほとんどなくとても安全な治療法と言われています。

効果は約80%～90%発揮されていて、効果の持続期間も長く、2年～5年もの間、症状を改善してくれます。

○花粉症レーザー治療費用の値段は？

保険適用で、医療機関によっては前後しますが（3割負担の場合）大体9000円～15000円程度だと思います。

○花粉症治療でレーザーをするなら時期はいつがいい？

レーザー治療は効果が出るまで約1カ月の期間が必要なため、花粉症治療となると、自分の対象となる[花粉が飛散する時期の1～2か月前に治療することが望ましい](#)とされています。が、このレーザー治療はアレルギー性鼻炎にも効果が発揮されますので、その場合は、1年中いつでもOKです。

何度も手術するわけでもなく、

病院へ通い詰めるわけでもありませんので、

この費用だけで改善されるなら是非チャレンジしたいですよ！

『季節の病気ナビ』参照