



# かみぞのキッズクリニック

## シックキッズニュース

2019年11月号(No.30)

### 7 花粉・フルーツ症候群に対するアレルギー免疫療法の可能性

近年、シラカバアレルギーやイネ科アレルギーの本場、ヨーロッパなどでは、シラカバやカモガヤなどの花粉症に対するアレルギー免疫療法が行い、花粉症を克服することにより、果物の食物アレルギー症状を抑えていく、という治療法が試され、一部効果があるという報告もでてきています。残念ながら、アレルギー免疫療法がまだダニとスギ花粉にしか保険診療ができない日本では、中央のアレルギー専門施設での研究として試されているだけです。私自身、大分こども病院にいる時に、多品目の野菜、果物に対して症状が出る方に、研究としてシラカバ花粉のアレルギー免疫療法を行っている横浜の病院から依頼され連携して、シラカバ花粉症治療薬を輸入して保険外で行おうとしましたが、保険診療としてまだ日本ではできないことを理由に診療許可が下りませんでした。欧米・北米では普通にできている診療が日本ではできない…やはりアレルギー免疫療法がダニとスギにしかできない日本のア

レルギー診療はまだまだ先進国の仲間入りとはいかないようです。秋の花粉症がある方は、スギ花粉症やダニに対するアレルギーも合併している人が多いです。この場合、アレルギーになる果物や野菜の種類をこれ以上増やさないことを期待してスギやダニに対するアレルギー免疫療法(舌下免疫療法や皮下免疫療法)を勧めることが多いです。1アレルギーに対する免疫療法をすることで、アレルギーをコントロールするリンパ球(制御性T細胞など)を刺激してアレルギーをこれ以上進展させないようにする、いわば“おまけ効果”をねらって行います。花粉・フルーツ症候群を引き起こす原因の花粉症に対するアレルギー免疫療法に比べたらかなり効率は悪いとは思いますが、保険診療内で行える唯一治療効果が期待できるやり方なので、仕方なくその方法をとらざるを得ない、というわけです。

### 8 おまけ:スギ花粉症の舌下免疫療法の新規スタート希望のかたは12月いっぱいまでにご相談ください。

今年の夏は、台風が多かったため雨が多く、日照時間が割と少なかったこと、それに春の花粉の付きが表年で大変多かったことがあり、来年の春のスギ花粉の飛散量は、九州は例年より少ないと予想されています。しかし、それでもたくさんの方が春先になるとスギ花粉で苦しみます。そのスギ花粉症でかなりの効果がある、舌下免疫療法ですが、スギの飛散時期に新たに始めてしまうと、スギ花粉症症状をむしろ増悪させてしまうので、スギの飛散している可能性がある1月から4月くらいまでは、舌下免疫療法は控えるようにしています。このためスギ花粉症の方で、舌下免疫療法希望のかたは、12月くらいまでに治療を開始したいとご相談ください。

## ●インフォメーション

### 11月の診療日時の変更について

11月4日(月)文化の日の振替休日と11月23日(土)勤労感謝の日は、午前中診療いたします。

- WEB予約も可能です。順番は予約優先ですが、WEB予約が取れないときは直接来院してください。電話でのお問い合わせは受付業務
- 皮下免疫療法も可能です。
- 門前薬局は休業です。限られた処方による院内処方か、院外処方を希望される場合は、祝日でも開店している薬局の案内となります。
- インフルエンザワクチンや乳児予防接種、健診はしていません。
- スタッフはお休みですので、症状が重く採血検査や輸液希望の方は、小児救急支援病院の大分こども病院への受診をお勧めいたします。

受付時間	月	火	水	木	金	土
9時~12時	●	—	●	●	●	●
14時~18時	●	—	●	●	●	●

### 休診日/火曜・日祝日

9時より早く来られた方も、診療準備完了次第、順次診療しています。また夕方6時ぎりぎりまで受付しております。お気軽にご相談ください。

インターネット予約が可能です

かみぞのキッズ よやく | Q  
http://kamizono-kids.com

〒870-0822

大分県大分市大道町4-5-27 第5ブンゴヤビル2F



ホームページ  
QRコードは  
こちら

WEB予約  
QRコードは  
こちら



## ●今月のフォーカス 春のスギだけではない、秋にもある花粉症とフルーツアレルギーのお話

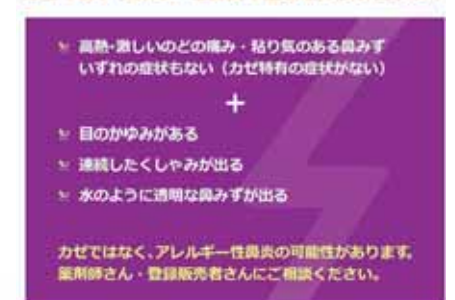
- 1 季節の変わり目に鼻水が出る…かぜと決めていいのか?
- 2 この時期は花粉症ではなく、ダニアレルギーが原因のことが圧倒的に多い。
- 3 春のスギ花粉症は有名だけど、この時期の花粉症の原因の植物は?
- 4 秋の花粉症の特徴は?…食物アレルギーとの関連性
- 5 花粉・フルーツ症候群とは
- 6 花粉・フルーツ症候群の対策法
- 7 花粉・フルーツ症候群に対するアレルギー免疫療法の可能性
- 8 おまけ:スギ花粉症の舌下免疫療法の新規スタート希望のかたは12月いっぱいまでにご相談ください。

### 1 季節の変わり目に鼻水が出る…かぜと決めていいのか?

季節が秋に変わり寒くなると、鼻水が出て風邪をひいて困る、と思われる方も多いかもしれません。その鼻水、本当に風邪をひいたためにおこった症状でしょうか?もし、出ている鼻水が「べたべた粘り気」あり、熱がある場合は、風邪のウイルス感染症に伴う症状なので、風邪と判断してもいいでしょう。しかし、「熱がない」、「鼻水がサラサラ水っぽさ」、「連続するくしゃみ」がある、「目がかゆい」、「症状がなかなかとまらない」場合、それはかぜではなく、鼻アレルギーの可能性が高いでしょう。図1を参照してください。

ただし実臨床では、多くの場合、風邪かアレルギー性鼻炎か、と一括りでできず、アレルギー性鼻炎体質を持つ人が、この時期流行する鼻かぜを起こすウイルス感染で風邪になって、アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎(蓄膿)、ぜんそく症状が悪化した、というケースが多いようです。

鼻みずを、すべてかぜと決めちゃダメ! 図1  
かぜ? orアレルギー性鼻炎? 症状セルフチェック!



中面につづきます



2 この時期は花粉症ではなく、ダニアレルギーが原因のことが圧倒的に多い。

この時期、毎年鼻炎症状が悪化して、「なんか飛んでるんじゃないの?」と質問される方もいらっしゃいます。確かに日本でも夏から秋にかけて、イネ科やキク科の雑草の花粉が飛んでいることは知られています。今の時期に黄色い細かな花の房をつけた雑草が道沿いや空き地にかたまっているのを見かけます。一方、秋の花粉は、春先のスギ、ヒノキなどの樹木の花粉とは異なり、遠くまで飛んでゆけません。せいぜい数10m 歯科賭場びません。黄色い花の咲いた雑草の咲いた中を散歩するとかでなければ、花粉を浴びるといことはありません。

この時期の鼻アレルギーの原因として、一番に疑わなければならないのはダニなどの虫です。ダニのフンはアレルギーのもとになりますが、生きてダニ自身、アレルギーはおこしません。夏に大量に増加したダニなどの虫は、寒くなるこの時期にいっせいに死んでしまいます。大量の死骸が産生されるわけです(図2)。実はこのダニの死骸が鼻アレルギーのもとになるのです。屋外より室内、床に入ってから鼻アレルギー症状がでたり悪化したりする人は、実は死んだダニが原因だといわれています。

生きているダニは、掃除機で吸い取ろうとしても繊維にしがみついてほとんど吸い取れないのですが、ダニの卵やフンや死骸は掃除機で吸い取ることは可能です。最大のダニの繁殖場所である布団やカーペットなど、ダニがいそうなところにまめに掃除機をかけるとよいでしょう。

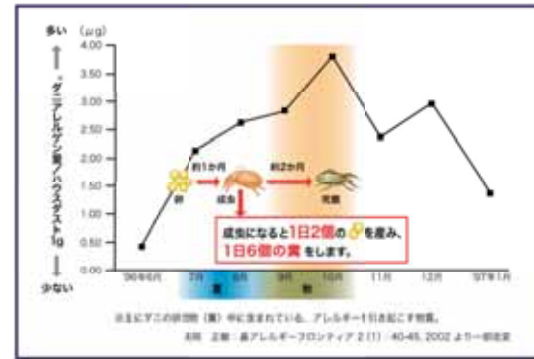


図2

3 春のスギ花粉症は有名だけど、この時期の花粉症の原因の植物は?

秋にも道端や空き地で雑草が黄色い花をつけ、それによる花粉症があります。とくにスイカやメロン、バナナ、キウイ、ニンジン、セロリなどの果物や野菜を食べて口がイガイガする人、もしかしたら秋の花粉症かもしれません。

日本では花粉は年中飛んでいることが知られています。図3の花粉カレンダーを参照してください。春先のスギやヒノキはすっかり有名になりましたが、実は初夏から秋にかけても花粉は飛んでいます。今の時期は、夏からの続きでイネ科の植物(カモガヤ、カモガヤ、オオアワガエリなど、河川敷や牧草地で葉は細長く薄く、穂ができる)、秋、道端に群れて黄色い花房をつけるキク科のブタクサ、ヨモギ、セイタカアワダチソウの花粉が飛んでいるといわれています(図4)。日本人の花粉症の原因では、ブタクサは、スギ、ヒノキに続き第3位です。決して侮れません。

ちなみに、世界三大花粉症はなんのでしょうか? 第1位は日本のスギ。ピークは2月から4月で人口の26.5%の罹患率。第2位は、ヨーロッパのイネ科のカモガヤ。ピークが5月から7月で、罹患率は22.9%といわれています。第3位はアメリカのブタクサ。8月から10月で、罹患率は15%といわれています(図5)。そういえばアメリカでくしゃみを聞いたら、「Bless you~」という習慣です。日本では「お大事に」のニュアンスでしょうか。

図3

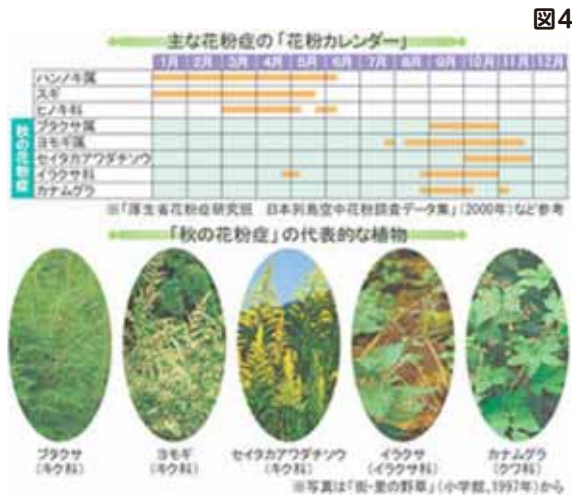


図4



図5

4 秋の花粉症の特徴は?・・・食物アレルギーとの関連性

野菜や果物を食べて口がイガイガする方、いませんか? 夏から秋に問題になるイネ科、キク科の花粉症の一番の特徴は、**食物アレルギーと関連するケースが多い**ことです。花粉症なのになんで食物アレルギー? と以外に思われる方も多いと思いますが、我々から見たら、果物や野菜をとった時に口がイガイガする人を見たら、「花粉症!」とピンと来るくらいです。「**口腔アレルギー症候群**」という言葉、最近よく耳にすることが多くなったと思います。もともとは1987年に初めて提唱された概念で、その時は皮膚試験(プリックテスト)陽性の食品を摂取したのち、アレルギー症状が口の中や周りから広がり、やがて全身に広がり、アナフィラキシーまで進展する現象のことをいっていました。この時には花粉症患者に限定するとか、果物・野菜接種のことはかかれておらず、むしろ卵、ナッツ、魚の摂取が原因食品としてあげられていました。翌1988年からは、花粉症の患者さんが果物や野菜をとったすぐ後から、口の中限定で痒みなどの症状を引き起こし、まれに全身の症状まで引き起こす現象をさすようになり(図6)。このように、以前は全身まで広がるか、口腔内にとどまるか、異なった2つの現象を口腔アレルギー症候群としていたために混乱をきたすようになったので、最近では花粉症の患者さんにみられる口腔アレルギー症候群を、「**花粉・フルーツ症候群**」と呼ぶようになりました。



図6

5 花粉・フルーツ症候群とは

花粉症の患者さんが、果物や野菜を摂取したあとから、口の中がイガイガするなどのアレルギー症状をきたす病気です。花粉症の原因となっている花粉の科(要するに仲間)によって、食べられなくなる果物、野菜がある程度決まっています。代表的な例を図7に示します。この表でわかることは、例えば、バラ科のリンゴやさくらんぼ、モモなどを食べたときに口がイガイガする人の多くは、春先に花粉が飛ぶシラカンバやハンノキ花粉症かもしれない、ということです。逆に、採血検査でブタクサ花粉症であることを診断された人は、もしかしたら現在、あるいは将来、ウリ科のメロン、スイカ、キュウリなどを生で食べたときにイガイガするかもしれない、ということです。

どうして花粉症の人は果物が食べられなくなるのでしょうか? 要するに、花粉の表面に発現し、カビや病原体から自らをまもるための**天然の抗菌成分**と、果物や野菜の果の抗菌成分が似ているからではないかということです。天然抗菌成分を含む花粉にアレルギーが出る人は、似たような成分をたくさん果物の皮の近くに発現している果物や野菜を食べると、アレルギー症状を起こすのです。近年病気に強くなった果物、野菜の品種改良が進んでいますが、それら品種改良された株は、果物の皮の部分に天然抗菌成分がよりたくさん発現しているものです。**農薬は減量できても、アレルギー症状は強くなる**、というわけです。

どれくらいの割合で花粉・フルーツ症候群が発症するか、出現頻度ですが、アンケート調査によると、北海道のシラカバや六甲山で有名になった大葉ヤシャブシの花粉症では**20~40%**がバラ科の食物と関連がありました。スギ花粉症の人は一般的にはトマトで反応することが知られていましたが、アンケート調査では、有名なトマトよりむしろメロンやキウイフルーツのほうが高く、**7~17%**の割合だったそうです。スギ花粉症でメロンなどがイガイガする人は、も

しかしたらブタクサやヨモギ、カモガヤの花粉症も合併していたのかもしれない。シラカバ花粉症ですが、ヨーロッパでは花粉・フルーツ症候群が70%の人が合併していることが知られており、日本の調査は20%~40%と、ヨーロッパに比べるとかなり低くなっています。日本では花粉・フルーツ症候群がまだまだ知られていないためにバイアス(偏向)がかかったのかもしれない。

花粉・フルーツ症候群に大きな問題ですが、成長して花粉を浴びる期間が増え、花粉症が悪化するに従い、**食べられないフルーツがどんどん増えていってしまう**ことでしょう。花粉に毎年決まった時期に飛散するので、花粉症の人も毎年花粉に大量に暴露されてしまいます。そのため、花粉症は成長とともに悪化することが多いです。それだけではなく、例えばスギやダニに感作しやすい人は、おそらく皮膚粘膜の防御機能がそうでない人よりも弱いために、スギ以外の花粉にも感作しやすい傾向があることが多くといわれています。スギ花粉症だけだったものが、年を取るにつれて、他のいろいろな花粉に感作されてしまうことだってあります。

図7

花粉	果物・野菜
ヒノキ スギ	トマト
シラカンバ	リンゴ、モモ、サクランボ、イチゴ、大豆、ピーナッツ
イネ科	トマト、スイカ、メロン、オレンジ、ジャガイモ
ヨモギ ブタクサ	メロン、スイカ、セロリ

6 花粉・フルーツ症候群の対策法

花粉・フルーツ症候群の人はフルーツや野菜を食べる時にどのような注意をすればいいのでしょうか。これまで食べることができたものでも、花粉が大量に飛散して感作してしまった後、突然口がイガイガ症状が出る場合があります。幸いに、イガイガして不快なのですぐにわかります。その場合、飲み込まず、直ちに口から取り除き、口の中を水などでゆすぐことをお勧めします。間違えて飲んでしまっても、幸いにも花粉症がらみの食物アレルギー、つまり花粉・フ

ルーツ症候群の原因の成分は胃液や消化液に大変不安定なので、飲んでみてもすぐに失活して毒性を失うことが多いです。つまりアナフィラキシーなどの**全身の症状が起きることはまれ**といわれています。また、**熱や加工にも弱い**ことが多いので、フレッシュな状態で食べずに、**缶詰やアップルパイなど加熱した状態で**食べると症状がほとんど出ないこともあります。