

らいいプラス

スギやヒノキの花粉症の季節が終わり、ホッとしている人も多いだろう。しかし最近夏に生い茂るイネ科の草が原因で症状が出る例も多く、花粉症はいつでもかかる「通年病」になりつつある。真夏にマスクを着けるのは愚かしい。どんな気象条件の時、どこに飛びやすいかを理解し、日ごろから花粉をできるだけ遠ざけて予防に努めたい。

「今シーズンの花粉飛散状況の観測は5月31日をもって終了いたしました」。ネットで環境省の花粉情報サイトにアクセスすると、北海道以外の情報提供は終了したという注意書きが目に見え込んでくる。しかし、6月に入っても「重い症状で病院に来る人がいる」と日本医科大学の久保公裕教授(耳鼻咽喉科学)は指摘する。

6月以降も飛散

6月以降に飛ぶのは主にイネ科の植物の花粉だ。スギの場合は日中に風が強まることも山林から花粉が飛んでくるので昼ごろに花粉症がひどくなる人が多いが、イネ科の植物が原因だと朝から症状が出やすいという。

気象業務支援センターの村山眞司専任主任技師は花粉症を起こすイネ科の植物として、イネのほかスズメノテッポウ、カモガヤ、オオアワガエリ、ホウモギなどを挙げる。普段は「雑草」として見過ごしてしまいがちだ。

コンクリートに覆われた市街地には少ないように思えるが、実際にはかなり生えている。パブル頭草やリマン・ショウクなど、暑気が悪くなるたびに放置された空き地が広がり、繁殖に適した場所が増えたようだ。川の土手や学校周辺の緑地も、こまめに草を刈るなどの管理をしないとすぐに花粉症の原因となる植物が繁殖してしまう。ゴルフ場も、グリーンの上はいが周囲の草地から花粉が飛んでくるケースは多い。イネ科の植物はスギやヒノキに比べればはるかに背が低いので、花粉はそれほど遠くまで

花粉症は「通年病」

飛ばない。数十メートルの範囲という。土手の緑地で運動会を開き、大勢の子どもたちが走りまわると花粉が舞い、アレルギー物質の濃度が高くなる。久保教授によれば「枯草熱」と呼ぶ症状になり、37度前後半の熱が出て皮膚が目も赤くなっている。花粉症の3分の1〜4分の

1で発熱があるという。風邪だと思つて来院し、初めは花粉症だと知る患者もいる。雨が降れば花粉は飛べないが「梅雨の晴れ間に雨に抑えられていた分、余計に飛散する可能性があるのでは」と注意が必要になる。(村山専任主任技師) イネ科の植物が花粉をつける夏のピークを過ぎると、今度はキク科のヨモギやブタクサが花粉を飛ばす。高速道路ののり面などに多く、周辺で大量に飛ぶと きがある。 免疫療法で予防 花粉症を防ぎ、症状が重くなる

多くの植物が夏以降も花粉を飛ばす

| 植物名 | 花粉飛散時期 |
|----------|--------|
| スズメノテッポウ | 3～6月 |
| カモガヤ | 4～7月 |
| ハルガヤ | 4～8月 |
| イネ | 7～8月 |
| イネ科 | |
| キク科 | |
| ブタクサ | 8～10月 |
| ヨモギ | 8～10月 |

(注)村山専任主任技師の資料などから作成。地方によって飛散時期は前後する



血液検査で抗体確認 ■ 土手や空き地迂回

植物の種類によって抗原は異なるが、共通性もある。埼玉大学大学院の王青龍准教授によると、スギ花粉症の患者は、イネ科などの植物の花粉症にもなる可能性が高い。逆に免疫療法でスギ花粉症をうまく抑え込めれば「ブタクサなどによる花粉症も抑えられるかもしれない」と久保教授。 スギやヒノキの花粉症シーズンは終わりに、近々にイネ科の植物もはるかにのびやかみや風つまりがひどい場合は、ハウスダストにもアレルギー「症状の可能性もある。フローリングの溝、カーペット、ソファなどにはダニが繁殖しやすい。ダニは死骸もアレルギー反応を引き起こす。怪しいと思ったら一度、徹底的に掃除するとよいだろう。(編集委員 安藤淳)

元 気 ナ ビ