

## アレルギーに関する公開講座



格致によりて 人と社会の未来を拓く  
国立大学法人  
福井大学

■主催: 国立大学法人 福井大学 ■共催: 福井新聞社

■後援: 福井県、福井県医師会、福井県薬剤師会、福井県看護協会、

福井県病院薬剤師会、福井県栄養士会



文部科学省  
北陸高度アレルギー  
専門医療人育成プラン

# 知っておくべき アレルギーのお話

北陸高度アレルギー専門医療人育成プラン公開講座(通称アレプロ)「知っておくべき アレルギーのお話」が2022年2月27日、福井新聞社・風の森ホールで行われました。感染対策のため、講演会直前に、新型コロナの抗原検査を講師7名全員が実施し、陰性であることを確認しましたので、会場の皆様に講演中はマスクを外して講演すると了解を取り実施しました。講座は対面とインターネットによるライブ配信のハイブリッド形式で行われ、会場を訪れた76人、ネットで視聴した約560人が、アレルギーについての質問を投げ掛けるなど熱心に聴講しました。

### アレルギー週間について

事業推進プロジェクトサブリーダー

大嶋 勇成



今日の公開講座は文部科学省「課題解決型高度医療人材養成プログラム」に採択された「北陸高度アレルギー専門医療人育成プラン」(通称アレプロ)の事業の一環として開催します。この時期での開催は3回目となります。1966年に石坂公成先生、石坂照子先生がアレルギーの原因物質である「IgE抗体」を発見し、その研究成果を発表された日に因み、財団法人日本アレルギー協会が、2月20日をアレルギーの日とし、2月17日~23日をアレルギー週間として制定しました。毎年アレルギー週間に全国で講演会や患者相談会などの各種啓発活動が行われています。本県ではアレプロがその啓発活動を担っています。今日の公開講座では、小児科、耳鼻咽喉科、皮膚科、内科のアレルギー専門医から各領域のアレルギーに関する最新情報を提供させていただき、ご聴講の皆様の質問にお答えします。本講座がアレルギーについて少しでも知りたい機会になればと思います。

### 講演 1

#### 北陸高度アレルギー専門医療人育成プランの成果報告

事業推進プロジェクトリーダー

藤枝 重治



#### 専門医育成や市民への啓発活動を行っています

「北陸高度アレルギー専門医療人育成プラン」は、文部科学省の事業であり、アレルギー専門医の育成を目指すプログラムです。同様のプランが全国の大学から申請されました。福井大学が代表校となり申請した、福井大学・金沢大学・富山大学が組んだものだけが採択されています。

小児科の大嶋教授、呼吸器内科の石塚教授、そして私などはアレルギーを専門としており、そうした大学が他県にはほとんどないのが現状です。そこで、北陸では意外と少ないとなるアレルギー専門医を育てるべく、本プログラムが展開されているところあります。

コロナ禍での実施ということもあり、プログラムでは大学や病院などを結ぶオンラインシステムを構築し、e-learningの教育コースも作りました。その中で42人の医療従事者や大学生などが勉強しており、その成果はいずれみなさまに還元されることになるでしょう。

もう一つの大きなプロジェクトとして、一般市民の方への啓発活動が挙げられます。令和2年度・3年度と、8月7日の「鼻の日」に合わせて公開講座も行い、オンライン参加を含め470人ほどの方に参加いただきました。

アレプロのホームページも啓発活動の一環で、アレルギーに関するさまざまな情報を提供を行っています。ホームページでは医師向けのコンテンツのほか、市民向け講座の動画などを閲覧できるようになっています。過去の講演会で寄せられた質問に対する回答も載っていますので、もしかしたらみなさまの疑問も解消するかもしれません。

### 講演 4

#### ぜん息のお話

福井大学 内科学(3)教授

石塚 全



#### 吸入薬の正しい使い方を知っておきましょう

ぜん息とは気道の炎症が原因の病気で、「ゼーゼー」「ヒューヒュー」などの音を伴う呼吸困難を特徴とします。継続して治療を受けている患者数は全国で100万人を超え、成人の患者も多い疾患です。成人ぜん息の発症年齢は約半数が成人人期に入ってからで、男女比では女性の方が多いというデータがあります。

ぜん息の疑いがある人の炎症を調べる検査としては、白血球に占める好酸球の比率、IgEの値などを調べます。痰の中の好酸球比率を調べる検査、吐き息の中の一酸化窒素濃度を調べる検査なども用いられます。

ぜん息治療薬はかつて、気道の狭窄に対する気管支拡張薬が主体でしたが、30年ほど前からは気道の慢性炎症に対する抗炎症薬を主体とするものに変わりました。

ぜん息の薬物治療は、継続使用する長期管理薬と短期的に使う発作治療薬の二本立てで行われます。長期管理薬は吸入ステロイド薬と気管支拡張薬の組み合わせで、ぜん息の悪化を防いだり、ぜん息の症状を起こにくくさせたりする働きがあります。正しく吸入できるよう、医師や薬剤師の指導を事前に受けておきましょう。

呼吸機能の低下、胸の圧迫感、息切れなど発作の前兆が見られる場合は、医師に指示された即効性気管支拡張薬を吸入するなど早めに対処するようにしましょう。発作止めの吸入を1~2時間おきに必要としたり、苦しくて横になれないことがあります。この症状がある場合は救急外来の受診をすすめます。

### 講演 2

#### アレルギーマーチって何?

福井大学 小児科 特命助教

伊藤 尚弘



#### 確かなスキンケアでアレルギー連鎖の予防を

アトピー素因を遺伝的に持った子どもが年齢を経るごとに、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、気管支ぜん息、アレルギー性鼻炎、花粉症と次々と異なるアレルギーの病気を発症することをアレルギーマーチと言います。アトピー素因は、本人または家族にアレルギーの病気がある、あるいは、いろいろな物質に対し、アレルギーの原因となるIgE抗体を作りやすい体质を指します。IgE抗体が反応する物質をアレルゲンと呼びます。

アトピー素因があると必ずアレルギーの病気になるわけではありません。兄弟または親にアトピー性皮膚炎がある子に毎日保湿剤を塗ると、アトピー性皮膚炎の発症が減少したという報告もあります。

食物アレルギーは、荒れた皮膚からアレルゲンが侵入してIgE抗体が作られる「感作」が原因の一つと言われています。卵アレルギーは、皮膚の治療をしっかり行った上で、症状が出ない極少量から食べさせていくと予防できたという報告もあります。皮膚の治療を確実に行なうことが予防に大切です。

ダニや花粉への「感作」が起きると、ぜん息や花粉症になりやすくなります。遺伝要因に加え、受動喫煙などの環境要因もアレルギーの発症に関与します。一方で、食物アレルギーの予防のために離乳食の開始時期を遅らせる必要はなく、妊娠中のお母さんが食事制限をする必要もないでしょう。専門医と相談しながら適切に対応し、アレルギーの発生を予防していきましょう。

### 講演 5

#### アレルギーと関連した「ひふ」のトラブル

福井大学 皮膚科 教授

長谷川 稔



#### 粘り強い治療が早期の治癒につながります

アレルギーと関連したひふのトラブルとして、アトピー性皮膚炎について紹介します。患者さんの多くはアトピー素因を有しており、体質的に皮膚のバリア機能が低下しています。バリア機能の低下により外的刺激に弱く、皮膚の水分も逃げやすく、乾燥、炎症、かゆみなどが起こりやすくなっています。

悪化の要因は、ハウスダストや食物などのアレルギー要因と搔痒、摩擦、汗、衣類の刺激、精神的ストレスなどの非アレルギー要因に大別できます。アレルギーの要因の関与は意外と少なく、日常生活の中で非アレルギー要因をいかに低減するかが鍵となります。

治療は外用治療によるバリア機能の強化と炎症の制御、抗ヒスタミン薬内服によるかゆみ低減を並行して行なうことになります。外用治療の代表例はステロイドで、さまざまな強さの軟膏だけでなく、クリーム、ローション、フィルム、シャンプーなどいくつかの種類の剤形があります。ステロイド以外の炎症を抑える薬や保湿剤も使用されます。

重症難治に悩む方も多いことでしょう。体質的な問題もありますが、外用の回数や量が少なかったり、症状に比べ弱い薬を使っていたりすることが原因である場合も少なくありません。治ったように見えても炎症がくすぶっている場合もあり、自己判断で安易に外用をやめてしまう注意しましょう。

中途半端でなくしっかりと治療することが早期の治癒につながります。重症難治の方にも紫外線治療や炎症を抑制する内服薬・注射などの治療法がありますので、専門医と相談しながら最善の策を探していくください。

■主催: 国立大学法人 福井大学 ■共催: 福井新聞社  
■後援: 福井県、福井県医師会、福井県薬剤師会、福井県看護協会、  
福井県病院薬剤師会、福井県栄養士会

【お問い合わせ】福井大学 アレプロ事務局 TEL: 0776-61-8186



●進行  
福井大学  
耳鼻咽喉科・頭頸部外科  
講師



公開講座の動画は、福井大学アレプロのHPから視聴が可能となっております。  
ぜひご覧ください。



【視聴期間】令和4年7月31日(日)まで

### 講演 3

#### アレルギー性鼻炎のお話

福井大学 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 助教

意元 義政



#### 掃除や布団乾燥は、抗原除去・回避の第一歩

アレルギー性鼻炎を引き起こす抗原には、花粉、ハウスダスト、ダニ、カビ、昆蟲などがあり、くしゃみ、鼻水、鼻つまりなどの症状が現れます。福井大学が行った調査では、福井県内のスギ花粉症発症者の約67%が就学前に発症したという結果などがあり、発症年齢の低年齢化が目立っています。

特に低年齢の子どもの場合、自身の鼻炎症状をうまく伝えられないケースがありますので、小さなお子さんをお持ちの親御さんはお子さんの普段の仕草などに気を留めてください。外出時に鼻や目をかゆがったり、就寝時や清掃時にくしゃみを連発したりするときは、花粉、ダニ、ハウスダストなどによるアレルギー性鼻炎の可能性があります。疑いがある場合は専門医を訪ね、発症のタイミングや、親族のアレルギー性鼻炎の有無などを伝えて診断を受けるようにしてください。

アレルギー性鼻炎の治療は、抗原除去・回避、薬物、免疫療法、手術の4段階に分かれます。家庭でもできる対策はあります。掃除機かけ、ふとん乾燥などはダニの除去につながり、スギ花粉が飛散するシーズンには、帰宅後に衣類や髪を干す室内に入室したり、窓際の掃除を念入りにしたりすることが抗原除去・回避につながります。

治療薬は鼻炎の症状によって異なりますので、長引く鼻の症状があったら早めに専門医の診療を受けましょう。強い薬が眠くなる薬とは限りませんので、受診時にはどのような症状がひどいかを伝えるようにしてください。

### Q & A

Q 父母とも、そばアレルギーを持っています。やはり子どもにもそばアレルギーは遺伝してしまうのでしょうか。

A アトピー素因はある程度は遺伝しますが、食物アレルギーの原因となる食品は、人によって異なります。ですので、お子さんが必ずそばアレルギーになるわけではありません。

Q 花粉症は一度発症すると毎年発症すると聞きましたが、実際に治らないものなのでしょうか。花粉症になりやすい人、そうでない人というのはありますか。

A 10%くらいの人は良くなるのですが、大半の方はなかなか良くならないのが現状です。どういう体質なら改善するのかという理由については分からないことが多い、はっきりとは言えないですね。

Q アレルギーの薬を長年にわたり継続的に服用していますが、このまま飲み続けても大丈夫ですか?副作用など心配ないですか?

A ぜん息の治療の基本は吸入ステロイド薬ですが、こちらは続けることが必要です。アレルギーの薬とは何を指しているのかにもあります、「鼻水を止める/かゆみを抑える」などは、特別な事情(運動時や妊娠中など)なければ、飲み続けて問題ありません。

Q アトピー性皮膚炎の治療で、顔面に長期間ステロイドを使用し赤みが出た場合どのように対処すればよいですか?

A 顔面の赤みは毛細血管が拡張することで起こります。ただ、アトピーの場合には炎症そのもので赤みが生じることもあります。ステロイド由来であることを専門医が判断すれば、ステロイドを中止してそれ以外の薬を外用して治療を続けていくことになります。

その他のいただいた質問は、アレプロHPに掲載しておりますので、こちらからぜひご覧ください。

