



## 花粉症に対する初期療法

簡単に言います。  
花粉が飛散する2週間前から  
抗アレルギー点眼を開始します。

### メリット

症状の発症を遅らせられる。  
症状のピークを軽減する。

具体的には・・・  
気象庁の予想花粉飛散時期  
を確認。第二報が12月5日  
に出されておりますが、例  
年通りだそうです。つまり  
東京ですと**2月上旬**です。

飛散量は今年**例年より  
も少なめ**だそうです。飛散  
量は前年夏の気象条件に影  
響を受けるようで、気温が  
高く、日照時間が多く雨の  
少ない時が多くなるよう  
です。

例年花粉症で症状の重い方  
は、**1月中旬頃から点眼を  
使用**すると症状の軽減をは  
かることができます。早め  
の対応をしていきましょう。

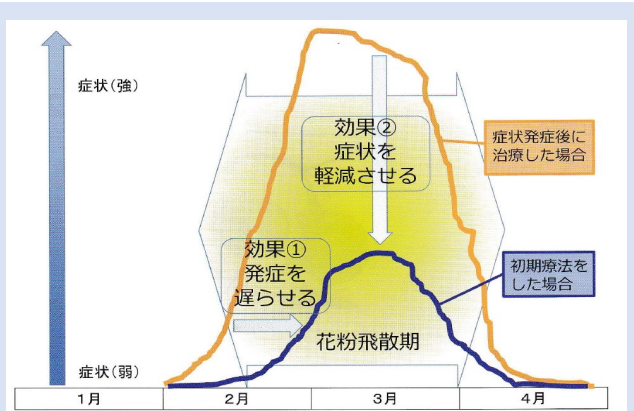


図4 初期療法

本格飛散の2週間前から点眼することにより、①症状の発症を遅らせ、  
②症状のピークも軽減することができる治療法である。

【引用元】 深川和己「スギ花粉アレルギー性  
結膜炎に対するセルフケアと初期療法」日本の  
眼科88:3号291-295 (2017)

## 花粉症の点眼

花粉症の点眼薬を耳鼻科や  
内科の先生から処方しても  
らうことがあると思います。  
抗アレルギー点眼薬にはいく  
つか種類がありますが、そ  
れでも痒みが治らないとき  
があります。その時はステ  
ロイド点眼を利用しますが、  
ステロイドには**感染症や緑  
内障などの副作用**があり、  
使用にあたっては、眼科で  
の検査が必要になります。  
副作用の有無を確認しなが  
ら花粉の時期を乗り切りま  
しょう。