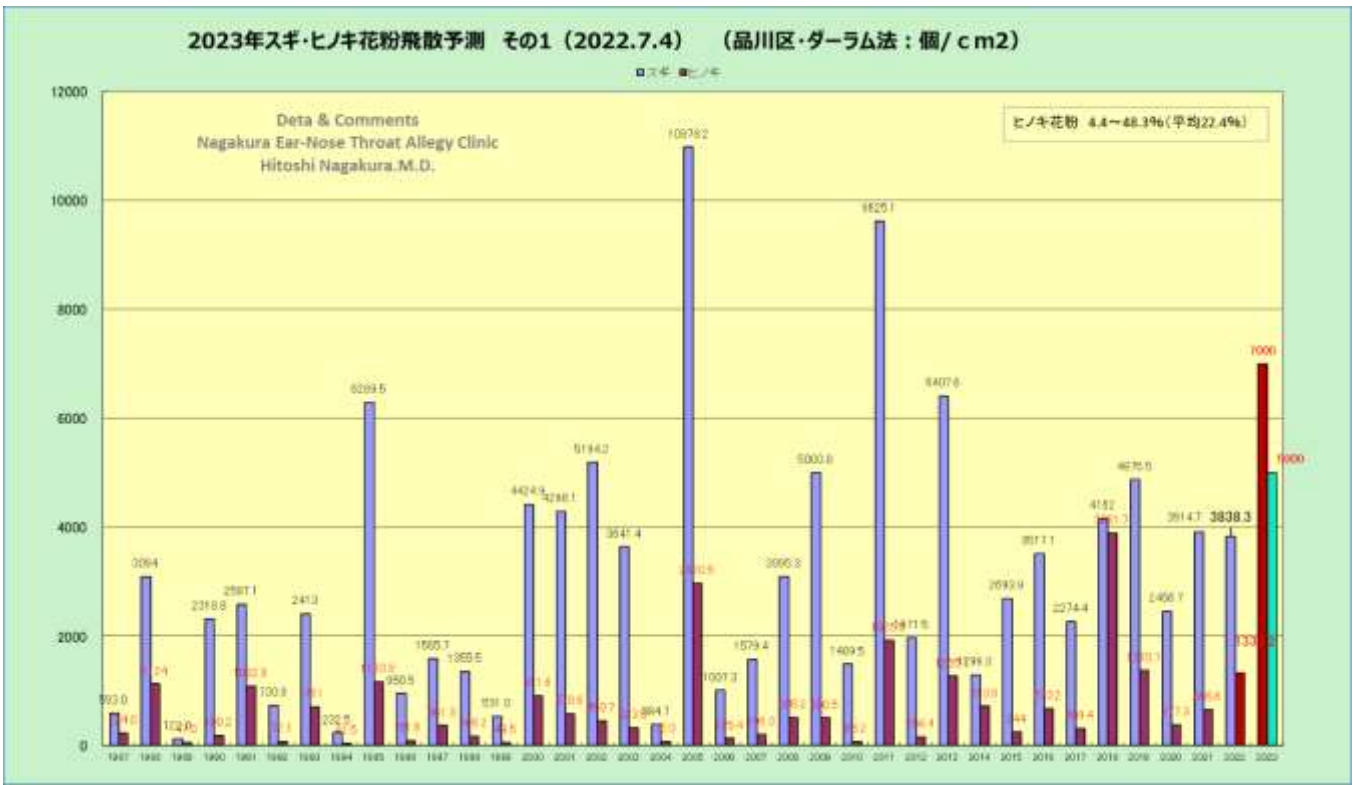


2023年の東京都内のスギ・ヒノキ花粉情報

◆昨年の7月は早い梅雨明けと猛暑 8月は集中豪雨となりました。今年花粉飛散はどうなるのでしょうか？

◆スギ舌下免疫療法（SLIT）『シダキア』の治療はスギ花粉飛散時期には開始できません。次回は 2022 年 5 月中旬以降に開始可能となります。

◆抗ヒスタミン薬、点鼻ステロイド薬を使っても症状の強い方（重症～最重症の方）に『ゾレア』注射が保険適応で使用可能です。（関連サイト：<https://www.okusuri.novartis.co.jp/xolair/pollinosis>）



◆2022年花粉飛散予測◆ (ダラム法・都内品川区&東京都)

【飛散数】

スギ・ヒノキ花粉飛散量は、東京都（都内）で飛散数の少なかった昨年より増加し、スギ花粉7,000個、ヒノキ花粉5,000個、総数、約12,000個に増加すると予想されています。

①都内の『前年比』：少なかった昨年と比較し増加して約2.7倍。

『過去10年平均』との比較で約2.3倍。

(東京都花粉症対策委員会 (第2回：2023年126日 <https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/hodohappyo/press/2023/01/26/18.html>)

(都内の最近10年の平均飛散総数は約4,000～5,000個ですが、それ以前の平均が2,000個であり、今シーズンの

約12,000a個という個数は花粉症症状を強くするには十分な個数です。)

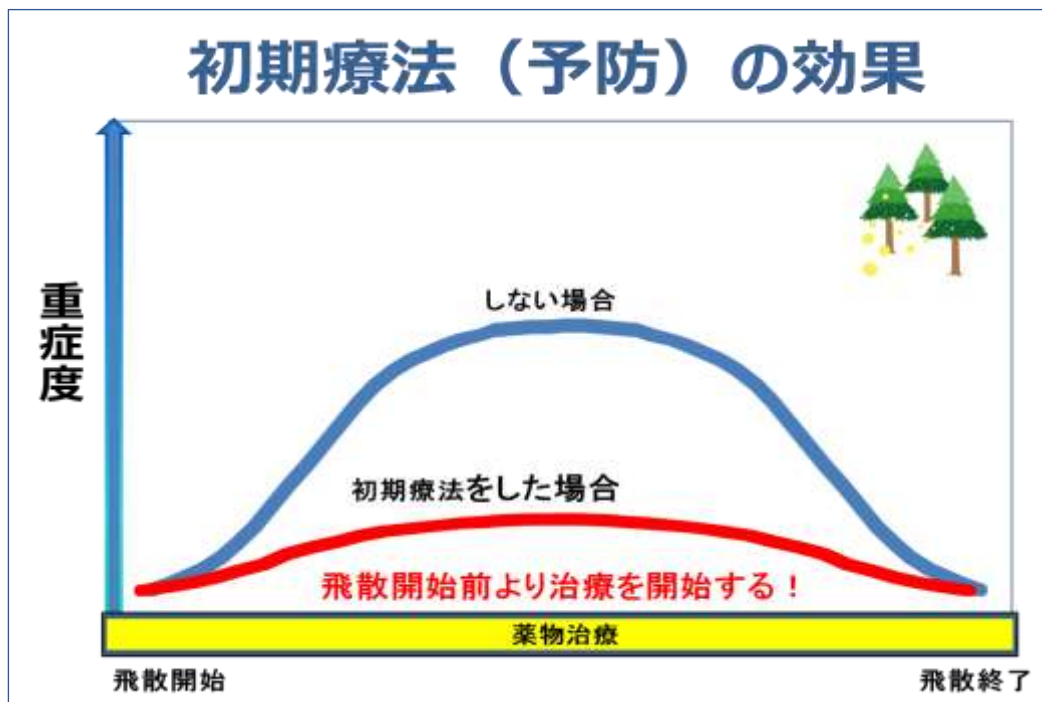
## 【飛散開始日】

ほぼ例年並みの2月13～17日頃と予想されます。（都内の例年平均は2月15日頃）

『飛散開始日』とは、「1 cm<sup>2</sup>に1個以上の花粉が連続観察された初日」と定義されているため

飛散開始前に、約40%の花粉症の方が症状を感じていると言われています。

## 【初期療法について】



花粉の飛散してくる前から早めに治療薬を使い始めて、症状を出さない（程度を軽く、短く）ことが可能です。  
治療開始時期は、「飛散開始の約1週間位前から、あるいは、花粉を感じたらすぐ」を目安にして下さい。