

# 【2024年スギ花粉症情報・対策：第1報】(2023.11.1)



“来年も今夏の記録的な猛暑の影響を受けて例年より多いスギ花粉・ヒノキ花粉が飛散すると予想されます！”

スギ・ヒノキ花粉の飛散量は、前年の気候（6月～8月）の気象条件に大きく影響を受けます。

2023年6月の平均気温は全国的に高くなりましたが、日照時間は、関東から東北部でやや多いもの、その他の地域では少なくなりました。その他、花粉飛散量に影響を及ぼす大きな要因は木の樹勢です。2023年のスギ・ヒノキ花粉飛散量は全国的に多くなりました。このため、樹勢からは、花粉をつける量は減少する影響が出てきます。そのため、2024年のスギ・ヒノキ花粉飛散量は、全国的に多かった前年（2023年）より減少傾向が認められますが、観測史上最高の猛暑と言われた影響を受けて、例年平均（過去10年）より多くの花粉が飛散すると予想されます。

当測定地（品川区）においては、**飛散数の多かった昨年より減少する傾向が見られるもの、例年平均（約4,500個）より多い、最大でスギ花粉5,000個、ヒノキ花粉1,200、総数約6,200個と予想しています。**

（参考：千代田区予想（日本気象協会）スギ+ヒノキ 5,244個）

◆**重症花粉症**に対し、抗ヒスタミン薬や点鼻を使ってもなお、花粉症症状が『重症』や『最重症』の方に2020年より保険適応となった『ゾレア』が使用可能となりました。（裏面を参考して下さい）

◆『シダキユア』（スギSLIT）の治療はスギ花粉飛散時期には開始できません。

（スギ花粉飛散開始前での治療開始か、2024年シーズン後の開始が可能です。）

## 【飛散数】

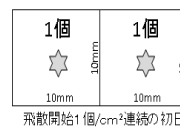
スギ・ヒノキ花粉飛散量は、**東京都（都内）で多かった前年（2023年）と比較して、関東では飛散は減少する傾向が認められるもの、当測定地（品川区）最大でスギ花粉5,000個、ヒノキ花粉1,200、総数約6,200個と予想されています。**

## 【飛散開始日】

夏からの最高気温が高い影響をうけ、スギ花粉が冬眠に入るのが遅れる影響を受けて、**ほぼ例年並みよりやや遅めの2月15日以降と予想されます。**（都内の例年平均は2月14日頃）

『飛散開始日』とは、「1cm<sup>2</sup>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。



飛散開始日までは、花粉症の方の多くが花粉を感じています(30~40%)

## 【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なるべく出さない予防が効果的です。（図下参照）

**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」を目安して下さい。**

## 【点眼薬の使い方—ハード・ソフトや使い捨て（1day・1week・2week・1Monthなど）を使用する場合。】

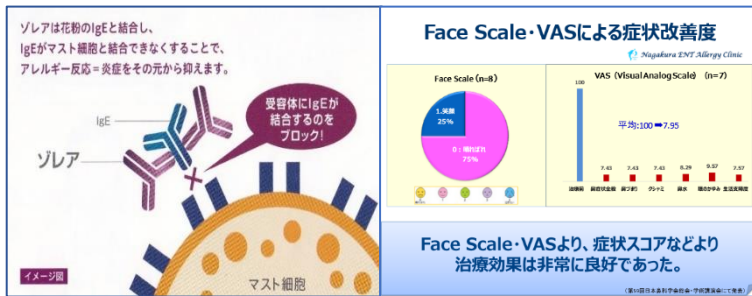
- ① 点眼は、原則はレンズを装着していないときに使用して選択して下さい。
- ② 2種類の点眼薬を使用する際やコンタクトレンズを装着する際は、間隔を5分あけて下さい
- ③ **コンタクトレンズ装着中**にも点眼薬が使用可能です。レンズに有害な防腐剤の含まれないアルジワ点眼
- ④ （1日4回、ホウ酸入り）、アルジワLX点眼（1日2回、濃度2倍、防腐剤なし）等が使用可能です。
- ⑤ 点眼薬症状が強く、**ステロイド点眼薬（フルメトン0.02%・0.1%など）**を使用する場合も、抗アレルギー薬の点眼と併用し、短期間の使用にとどめて下さい。



◆◆◆詳しくは、**クリニックHP (<http://nagakura-ac.com>)**をご覧ください◆◆◆

## ◆◆◆花粉症で困っている方へ◆◆◆

# 重症花粉症に“抗 IgE 抗体”『ゾレア』が 4 年前から保険適応となりました。



**当クリニックでの治療効果 (2020 アンケート)**

- Face Scale
  - ・非常に良い (晴ればれ) 75%
  - ・良い (笑顔) 25%
- VAS (治療前 100 がどこまでよくなったか?)
  - ・全般改善度: 100 → 7.43 (平均)

2019 年 12 月よりこれまで、喘息、アトピー性皮膚炎に対し適応のあったゾレア (オマリズマブ) が、**重症の季節性アレルギー性鼻炎 (スギ花粉症)** に対して使用できるようになりました。そのため 4 年前から内服・点鼻薬を使用しても『**重症～最重症という症状の強い方**』がこの注射を使えるようになりました。

### 【ゾレアの仕組み】

アレルギー反応を引き起こしている IgE 抗体にこのゾレアは結合し、アレルギー反応を阻止します。

### 【使用出来る患者さんにも条件があります】

#### 【必要チェック事項】これらの条件をすべて満たす必要があります。

- 季節性アレルギー性鼻炎 (スギ花粉症) の薬を使用した。
  - 治療にかかわらず、効果が不十分で重症あるいは最重症であった。
  - 血清中の総 IgE 値が 30~1,500IU/ml の範囲にある。
  - アレルギーがある (スギ抗原に対する IgE 抗体がクラス 3 以上)
  - 12 歳以上で、体重が 20~150kg の範囲にある。
- (妊娠中及び授乳中の方は必ず主治医にご相談下さい。)

#### 【重症あるいは最重症とは?】 (重症度により判定します。⇒)

#### 【いつから使えますか?】

花粉症症状が強くなってから血液検査を実施して、総 IgE 値 > 30~1,500、スギ抗体価 3+以上を確認してから可能です。

#### 【投与量・使用方法】

使用開始前の血液検査で総 IgE 値と体重から必要量を決定し、4 週間あるいは 2 週間ごとに注射します。

#### 【費用】

採血による総 IgE と体重より投与量が決まります。例えば、一般に注射を 150mg~300mg、4 週 (投与量が多いと 2 週) ごとに注射します。費用は 1 回 8,744 円 (150mg) や 17,448 円 (300mg) です。(個人により異なります)

#### (参考資料)

1. 当院 HP ゾレア使用成績 (2020,2021 年)
2. 参考 WEB : ゾレアとは? (<https://www.okusuri.novartis.co.jp/xolair/pollinosis>)
3. 重症花粉症とは | 重症花粉症ドットコム (ノバルティス ファーマ)

(お大事にして下さい)

**【アレルギー性鼻炎の重症度分類】**

- 「くしゃみ」が「鼻漏」
  - 11~20 回 → 「重症」
  - 21 回以上 → 「最重症」
- 「鼻閉」
  - 「鼻閉がかなり強く口呼吸がかなりあり」→「重症」
  - 「一日中つまっている」 →「最重症」

◎ いずれの症状も強いほうの程度で判定



ながくら耳鼻咽喉科アレルギークリニック  
Nagakura Ear, Nose & Throat Allergy Clinic  
〒141-0021 品川区上大崎2-13-26メイプルトップビル5F  
TEL:03-6303-5710 FAX:03-6303-5711 <http://nagakura-ac.com/>