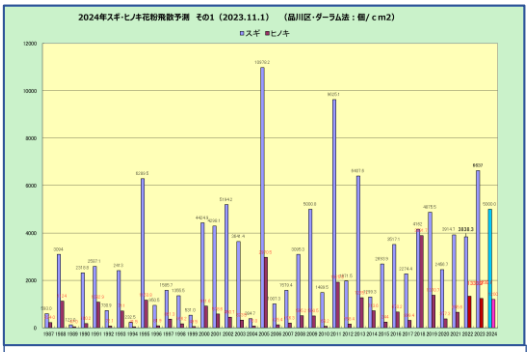
【2024 年スギ花粉症情報・対策：第 2 報】（2024.1.6）

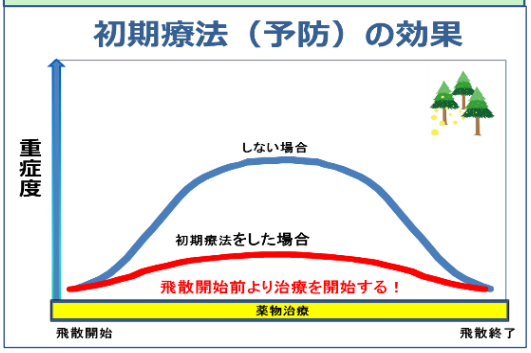
“来年も今夏の記録的な猛暑の影響を受けて例年より多いスギ花粉・ヒノキ花粉が飛散すると予想されます！”

ながくら耳鼻咽喉科アレルギークリニック　永倉　仁史

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高くなりましたが、7 月～8 月の平均気温、日照時間は、関東から東北南部でやや多いもの、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、来年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。**

◆**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。(裏面を参考にして下さい)

◆『シダキュア』（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。）

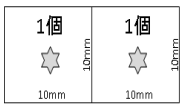
【飛散数】

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】

夏からの秋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と、気象庁の予報ではエルニーニョ現象の影響が残るため、2024年1月～2月の気温は高めと予想されているため、飛散開始はほぼ例年並みの2月14日より早くなる見込みです。（都内の例年平均は2月14日頃）　（前回第1報より早い飛散の可能性も出てきたため修正）

『飛散開始日』とは、「１cm2 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1個/cm²連続の初日

飛散開始日までには、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」を目安にして下さい。

【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をして下さい。

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ﾚｼﾞｵﾝ点眼

④ （１日４回、ホウ酸入り）、ｱﾚｼﾞｵﾝ 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（ﾌﾙﾒﾄﾛﾝ 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◆◆◆

◆◆◆2023 年（前年）の気象条件による分析◆◆◆

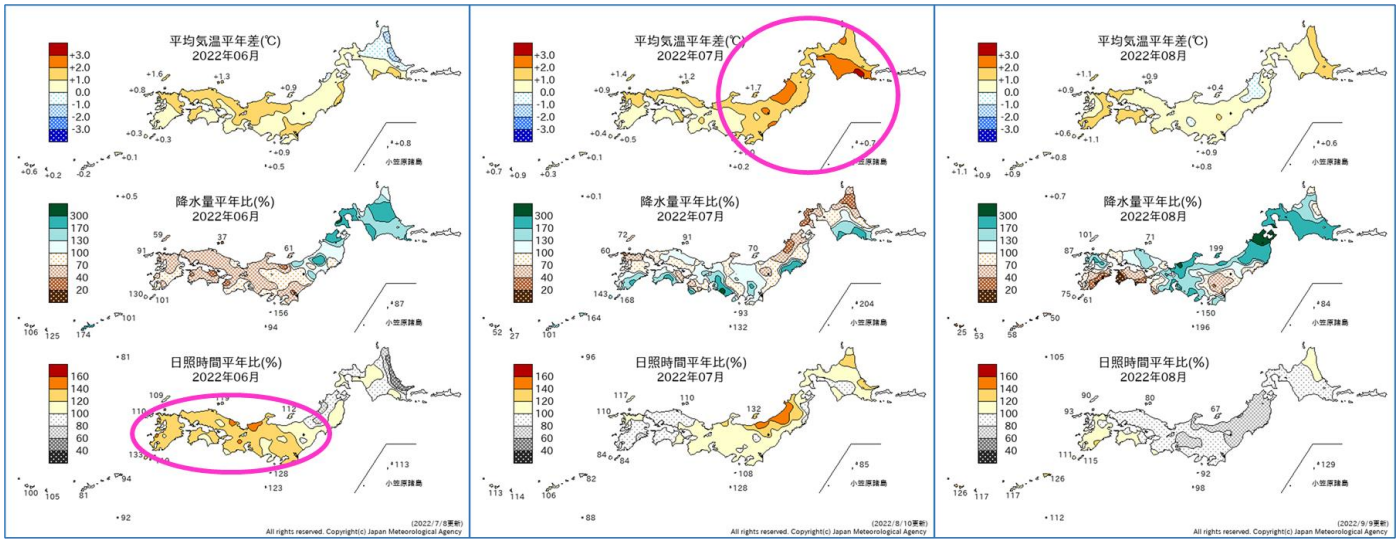
1. 花粉形成期（6 月～8 月）の気象条件の比較

昨年（2023 年）に対する分析⇔2022 年 6 月～8 月を分析

2022年6月～8月の気象条件(気象庁HP)

増加因子

減少因子



Nagakura ENT Allergy Clinic

【分析：昨年（2022 年の気象条件）】

① 6 月の日射量が多い➡スギ花粉・ヒノキ花粉の花芽の分化が良い
② 7 月の平均気温と日射量が多い➡花粉の花芽の成長が良い

【結論】

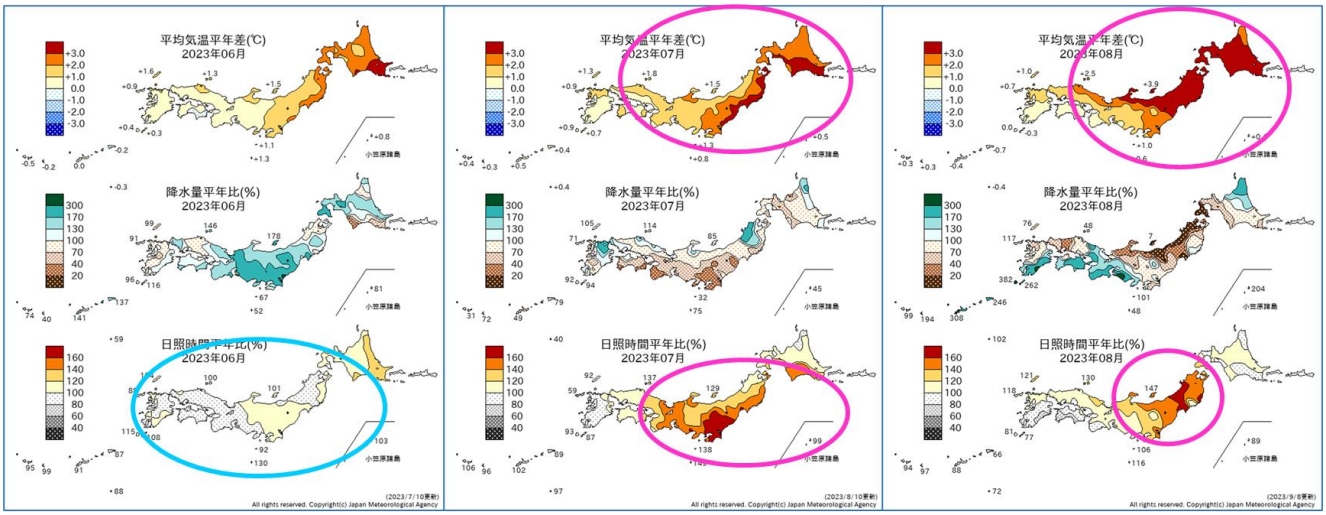
以上より、2023 年春のスギ花粉・ヒノキ花粉の飛散量は例年よりかなり多かった。

今年(2024 年)に対する分析)⇔2023 年 6 月～8 月を分析

2023年6月～8月の気象条件(気象庁HP)

増加因子

減少因子



Nagakura ENT Allergy Clinic

【分析：今年（2023 年の気象条件)】

① 6 月の日射量が少ない➡スギ花粉・ヒノキ花粉の花芽の分化が悪い

② 7 月と 8 月の平均気温と日射量が多い➡花粉の花芽の成長が良い

『この夏（6～8 月）の日本の平均気温が、1898 年の統計開始以降で最も高かった。』

【結論】

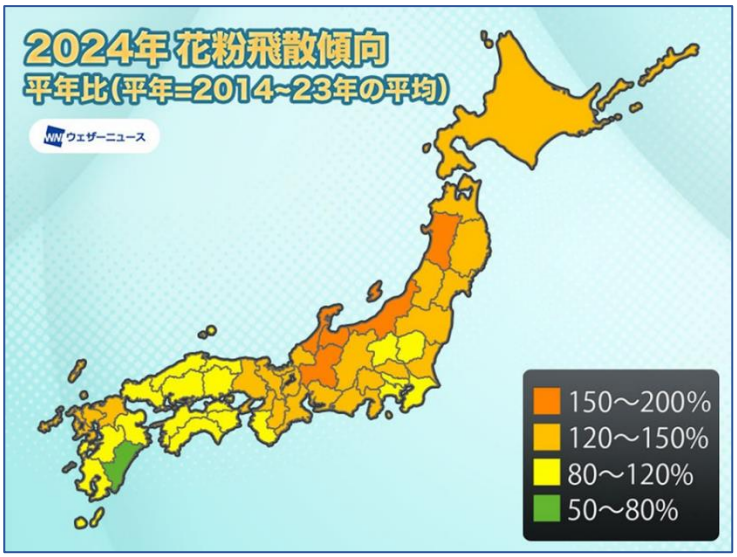
2023 年春のスギ花粉・ヒノキ花粉の飛散量は多くなる傾向があるが、昨年(2022 年)スギ花粉・ヒノキ花粉に飛散量が多かった地域が多いため、今年は樹勢が弱まりやすくなるため、

今年（2024 年）のスギ花粉・ヒノキ花粉の飛散量は、過去最高となることはないと分析されるが、観測史上最高の猛暑の影響を受け、例年平均より多い飛散となると予想される。

2. 民間 2 社による気象会社の予想比較

1. 例年との比較

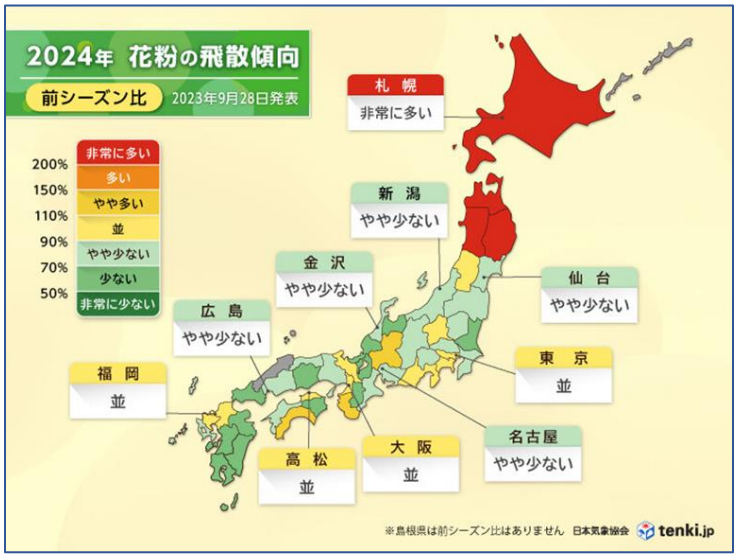
日本気象協会



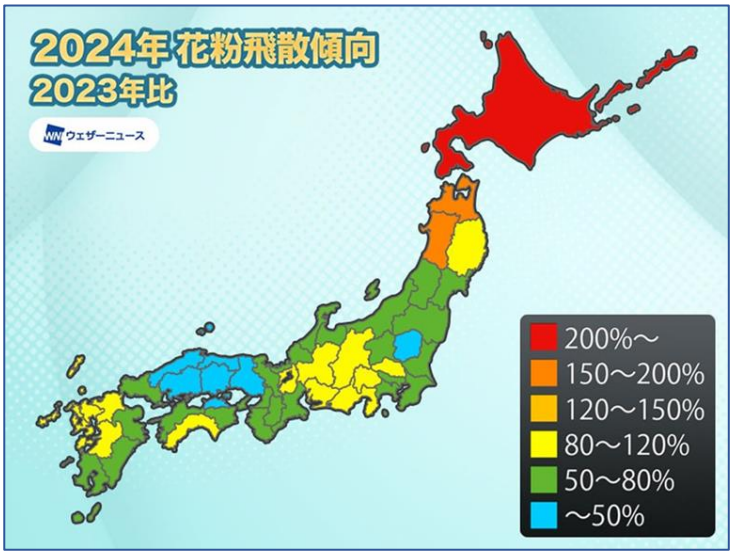
ウェザーニューズ

例年平均と比較すると、全国的に例年平均からやや多めの花粉、特に北日本において

2. 昨年（2023 年）との比較



日本気象協会



ウェザーニューズ

全国的に、昨年と比較すると、花粉総数は、全国的に減少する傾向が見られる。
ただし、2022 年日射量の少なかった東北地方において、2023 年 7 月～8 月の日射量と平均気温が高いため、樹勢が強まる影響も受けて、花粉飛散が増加すると分析される。

【まとめ】

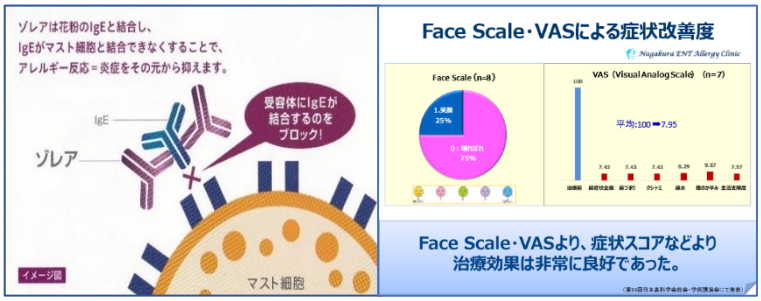
民間 2 社による気象会社の予想を比較すると、両者とも、今年（2024 年）の飛散は、

1. 例年（過去 10 年平均）より多い花粉飛散となる傾向はほぼ同様。
2. 飛散数の多かった昨年（2023 年）より多くの地域で花粉飛散は減少する傾向も同様。

◆◆◆花粉症で困っている方へ◆◆◆

ながくら耳鼻咽喉科アレルギークリニック　永倉　仁史

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。）

【アレルギー性鼻炎の重症度分類】

- 「くしゃみ」か「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

【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）

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/