

## すくすく育児アイデア

## 病気

Q 鼻炎の検査や治療、  
家庭でのケアは？

3歳3か月の女の子。よく鼻水を出します。アレルギー性鼻炎でしょうか。検査や治療、家庭での注意を教えてください。

● 神奈川県/M・A



笠井 創先生 笠井耳鼻咽喉科クリニック（東京都目黒区）

A 耳鼻科で鼻の中を診たり、鼻水の検査をして、必要に応じて薬を処方します。

## ● どんな状態ですか？

アレルギー性鼻炎とは、家のホコリやダニの死骸、糞など（抗原）を鼻に吸い込むことにより、くしゃみや鼻汁、鼻づまり、目のかゆみなどが起こる病気です。体の中に抗原が入ると、外部からの侵入者と戦う働きをするリンパ球が反応し、抗体ができます。抗体が鼻の粘膜に分布している細胞の表面にくっつき、次に体の中に入ってくる抗原と結合すると、鼻の粘膜に刺激性の強い化学伝達物質（ヒスタミン・ロイコトリエンなど）が出て、鼻粘膜の神

経と血管を刺激します。この刺激でくしゃみ、鼻水、鼻づまりが起こるので、最近では2歳以下のお子さんの抗原にスギ花粉が検出されたという報告もあります。2〜3月に決まって症状がひどくなるなら、一度、耳鼻科医に相談してみましよう。

## ● 風邪による鼻症状とアレルギー性鼻炎の見分け方は？

風邪をひくと鼻の粘膜に細菌が感染し、やがて黄緑色の鼻水が出ます。風邪が治れば鼻水も治まります。アレルギー性鼻炎の場合は、透明な



鼻水です。慢性的に鼻の粘膜が腫れて鼻が敏感になっているため、ホコリを吸ったり気温の変化といった刺激によって、症状が起こります。また風邪をひいているところにアレルギー性鼻炎の症状が出たり、その逆のパターンもあります。

風邪の治療をしているのに、なかなか鼻水が治まらないなら、耳鼻科を受診しましょう。

## ● 耳鼻科では、どんな診察や検査をしますか？

まず鼻の中を診ます。アレルギー性鼻炎がある場合、鼻腔の奥の下鼻甲介と呼ばれる部分が青白くなり腫れているため、視診である程度の診断がつけられます。検査は鼻汁好酸球検査や血液検査などがありますが、お子さんでも抵抗なく受けられるのが鼻汁好酸球

検査です。これは綿棒で鼻水を採取し、顕微鏡で見る簡単な検査で、アレルギー性鼻炎があるかどうかの診断がつけられます。抗原を特定したい場合は血液検査をしますが、特定したところで治療方法が変わるわけでもなく、針刺しの負担も考えて、幼児には積極的にはいりません。

## ● どんな治療をしますか？

幼児の場合は、時期によって軽くなったり、治療の必要がないほど良くなったりすることがあります。まめに鼻をかめば治まる程度なら、そう神経質になることもありません。しょっちゅう鼻づまりを起こし、口呼吸が続いてつらそうなら、症状の強いときだけアレルギー薬の内服で、症状を軽くします。

## ● ほかのアレルギー疾患にもなりやすいのですか？

アレルギー性鼻炎のある子どもの場合、アトピー性皮膚炎や小児喘息といった、ほかのアレルギー疾患にもなりやすいといえます。また鼻水がたまりやすいため、細菌が感染しやすく、副鼻腔炎を起こしやすくなります。副鼻腔炎とは、頬の裏側にある上顎洞と呼ばれる空洞の粘膜に細菌が感染して、分泌液がたまる病気です。

アレルギー性鼻炎と診断されたなら、こうした病気のチェックも併行して行うことも大切です。

## ● 家庭で注意することはありますか？

抗原でなくても、ホコリやダニの死骸や糞、ペットの毛などが刺激になって症状が出たり、悪化します。家の中はまめに掃除して、布団は乾燥させたあとで掃除機で吸い取って、ホコリを立てないようにしましょう。急激な気温差も症状を誘発します。朝晩、気温が下がるときの保温を心がけましょう。