

みみこちゃん通信

2・3月号

2015
vol.76

もろほし耳鼻咽喉科の院内報



アレルギーの検査で花粉症を賢くコントロール!

今年花粉症の出足が早く、1月末から患者さんが増えています。去年の2～3倍という花粉飛散をうまく乗り切るカギは?...
アレルギーの検査をすると、薬の量や飲む期間、別の治療法の向き不向きなどいろいろなことがわかります

もろほし耳鼻咽喉科のご案内

- ・東小金井・三鷹・吉祥寺にあり、3か所で情報を共有。どこでも治療できます。
 - ・めまい、嗅覚、レーザー治療など、専門をもった医師が診察します。
 - ・被ばく量が少なく情報量が豊富なコンビームCT(吉祥寺)など、検査機器が充実しています。
- 病診連携に取り組んでおり、昭和大学小林一女教授、東邦大学大橋医療センター吉川衛教授、昭和大学豊洲病院比野平部長、眩暈・東京医科大学八王子医療センター耳鼻咽喉科・頭頸部外科科長小川恭生准教授、東京通信病院八木昌人部長などの診察、手術の相談など受けられます。

三鷹 もろほし耳鼻咽喉科

武蔵野市中町1-12-10
武蔵野タワーS5F

電話 : 0422 (37) 3341
予約 : 18603 (4588) 3007

休診日: 日曜・祝日

月・水・金	9:00~12:00	14:00~19:00
火・木	9:00~12:00	14:00~17:30
土	9:00~14:00	

もろほしクリニック耳鼻咽喉科

小金井市緑町1-6-53

うさぎビル1階

電話 : 042 (385) 3341

予約 : 18603 (4570) 2933 休診日: なし

月・木	9:00~12:00	14:00~17:30
火・水・金	9:00~12:00	14:00~19:00
土	9:00~14:00	
日・祝	9:00~13:00	

吉祥寺もろほし耳鼻咽喉科

武蔵野市吉祥寺本町1-7-4
丸二清水ビル3F

電話 : 0422 (20) 4133

予約 : 18603 (4530) 0087 休診日: 祝日

月・水・木	9:00~12:00	14:00~19:00
火・金	9:00~12:00	14:00~17:30
土・日	9:00~14:00	

みみはなのどのQ&A

花粉症がひどくなると咳が出たり、喉がかゆくなったり、微熱が出たりすることがあります。
これって風邪なの?花粉症なの? 治療はどうすればいいのでしょうか...

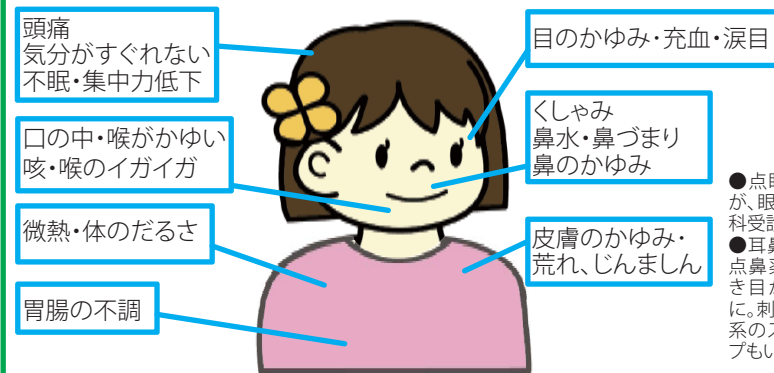
花粉症の症状は、鼻水、鼻づまり、くしゃみ以外にも、下図のように全身のいろいろなところで起こります。体質にもよりますし、同じ人でも年によって違う症状が出ることもあります。

これらの症状、風邪とよく似ていますよね。風邪にも花粉症にも特效薬はないので、喉が痛ければ喉の炎症を抑える薬、咳が出ていれば咳止めを使うというように症状に合った薬を使います。花粉症と風邪の治療の違いは、花粉症ではアレルギーを抑える薬を使うことと花粉をシャットアウトすることがとても大切であるということです。

もし花粉症の治療中に咳が出てきたら、耳鼻科では抗アレルギー剤の系統を咳に向くものに変えたり、吸入薬をプラスして咳を収まりやすくします。同様に喉や耳の奥がかゆいなど、耳・鼻・喉の領域に症状が見られたときには、症状に見合った適切なアプローチをしますのので、受診の際にご相談ください。

花粉症の症状は全身に出る!

風邪の原因は「風邪ウイルス」、花粉症は「スギやヒノキの花粉」。花粉は鼻や目の粘膜、皮膚に着きます。風邪のウイルスは粘膜から体の中に入り込みますが、出る症状は似ています。



- 点眼等の処方も可能ですが、眼症状がひどい場合は眼科受診もおすすめします。
- 耳鼻科の薬も日進月歩で、点鼻薬などは1日1回で効き目が長く続くものが主流に。刺激の少ないもの、ミント系のスツとするものなどタイプもいろいろあります。

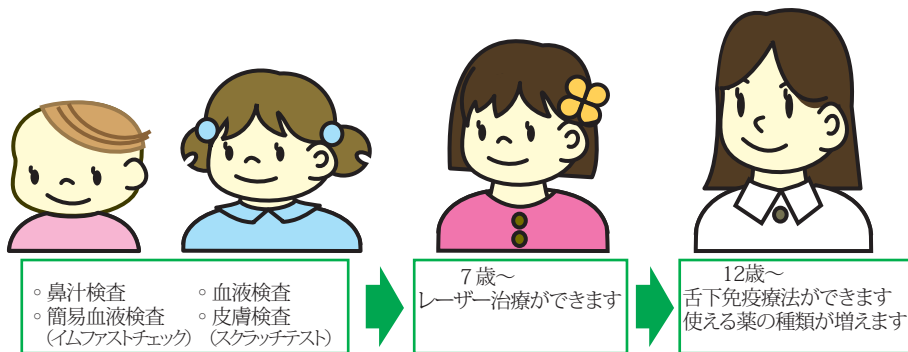


みみこちゃん通信はこちらの店舗様で置いて頂いています

- 3 大洋堂書店 創業半世紀。地元の本屋さん
- 4 ファンタジスタ 手作りのパン焼いています
- 5 キッチンブラウン 特製ソースは地元産野菜を使用
- 6 フォンテーヌ ごほうびケーキはいかが?
- 7 グレース小金井店 鮮魚と手作り弁当が人気
- 8 クラウン 武蔵野店 焼き立てパンをイートインで
- 9 東急ストア三鷹店 夜中1時まで営業
- 11 サルバトーレ・クオモ三鷹 新釜で焼く本格ナポリピザ
- 12 キッチンコート三鷹店 水曜はポイント5倍
- 13 横河武蔵野FC 地元密着フットボールクラブ
- 15 カフェZENON 絵本もマンガもあるカフェです
- 16 宮地楽器 吉祥寺センター ロフトの階にある音楽教室です
- 17 宮地楽器 MUSICJOY 吉祥寺 音楽教室に加え、バレエ教室も開講
- 18 カフェミニオン うさぎと一緒に遊ぶカフェです

「みみこちゃん通信」発行所 もろほしクリニック 小金井市緑町1-6-53 うさぎビル1階

お子様のアレルギーの検査・治療プラン(例)



*症状が長引く場合や鼻粘膜の様子から副鼻腔炎が疑われる場合はXP、CT検査をすることははっきりわかります(吉祥寺に設置のコンビームCTは被ばく量が少なく情報が多いのが特徴です)。
*赤ちゃんのときに簡易血液検査(イムファストチェック)で花粉やダニに反応が出なくても後から出ることはよくあるので、症状があれば何回かの検査が必要になることもあります。

毎日1回服用する必要がありますが、昨年からの保険適用がスタートしました。3割負担で1か月1000円程度と治療費が割安な上、アレルギーを根本的に治療できるメリットがあります。

こういった治療が効果的かどうかを判断するのにもアレルギーの検査は有効です。

シダトレンもレーザーも花粉症が終わった6月頃がスタートのタイミング。シダトレンは、10月からは月1回の診察でよくなり、続けやすくなります。どちらも治療前にアレルギーの検査が必要なので、検討の方はシーズン中に検査を受けておくとスムーズです。

アレルギーの検査を受けましょう

アレルギーの検査をすると、何に対してアレルギーがあるか、程度はどれぐらいかがわかります。どの程度の薬を使う必要があるか、どんな種類の薬が効果的かの判断がつき、効率よく症状をおさえる治療方針を立てるのに役立ちます。また、ヒノキのアレルギーもあるかどうかかわかると、薬を飲む期間も判断できます。

検査をしてみたら、スギ花粉症は思い込みでハウスダストやダニのアレルギーだったというケースや、お子さんではアレルギー性ではない慢性鼻炎や副鼻腔炎だったということもよくあります。

また、アレルギーのお子さんには中耳炎や副鼻腔炎を起こしやすい傾向があります。アレルギー性鼻炎をコントロールすることで、ほかの病気のリスク管理ができます。



皮膚検査(スクラッチテスト)
皮膚の上にアレルギーのエキスをたらして、赤くなった状態で判定します。数分で判定できますが、皮膚への刺激があるので行えない場合があります。



簡易血液検査(イムファストチェック)
指先をつついてにじんだ血液でスギ、ネコ、ダニの3種のアレルギーの程度を調べます。痛みも少なく10分ほどで結果が出るので、小さなお子さんでも安心です。

ドクターコラム

一番気になることを

諸星咲子

当院は「やたらに書くものが多い」と、お叱りを受けることがあります。待ち時間少なくし、診察を充実させるための苦肉の策なのですが、再診問診票へのご記入は「変化なし」が大半で、形式を工夫しなくては、と思っています。

あまり変化がないというときでも、「一番気になっていて困っている症状」をお書き添えください。ほかに、診察のとき医師に聞きたいことのメモ代わりにして問診票を利用していただければと思います。

患者さんからの情報が多いほど、その方に合った治療法が見つかりやすくなります。問診票は医者をうまく利用して賢く治療を受けるためのひとつの手段です。

二、三月は耳鼻科が慌ただしい時期ですので、待ち時間にぜひ何でも書いていただければと思います。ご記入が難しい方はお手伝いさせていただきますので、遠慮なく受け付けてまでお申し出ください。

花粉症の治療法が増えています

8～9歳になったら粘膜をレーザー照射して鼻づまりを軽くするレーザー治療ができます。12歳からは減感作療法の舌下免疫療法が始められます。舌下免疫療法はアレルギーを含む治療薬(シダトレン)を舌の下にたらしめて飲み込む、アレルギー症状を改善する治療法です。

今年は例年並みで、少なかった去年の2～3倍!!!

去年軽かっただけに今年はつらいシーズンになるかも。「Myとうきょう花粉ネット」に居住地を入力すると、飛散情報がメール配信されます。その日の行動プランに生かしましょう!

Myとうきょう花粉ネット
携帯サイトurl
<http://pollen.tokyo-kafun.jp/kafun/MyNetInfo.php>

