心とからだの栄養

能岡　浄　【46】

生体防御が反応し花粉症に

体質を改善する治療法も

この季節になると『鼻水がでる、くしゃみが止まらない、目がかゆい』などの症状に悩まされる人があります。2～4月にスギ花粉が、3月末～5月にはヒノキ花粉が盛んに飛び散り、日本人の約15%がスギ花粉症になり、その約70%がヒノキ花粉にも反応するようです。人体には、花粉はなじみのない『異物』で、花粉が体内に入らないよう鼻水で流したり、くしゃみで飛ばしたりの『生体防御反応』を起こします。これが過剰に反応するのが『花粉症』です。

人体では異物＝抗原が侵入すると、これを取り除こうとする『免疫(疫病＝感染症を免れるの意味)』の働きにより、抗体というタンパク質を作ります。そこへ同じ抗原が再び入ると、抗体は抗原と結合して『抗原抗体反応＝防御反応』を起こし撃退します。免疫もアレルギーも同じ防御反応ですが、『1度かかると2度目は発病しないか・軽くすむ』のが免疫で、アレルギーは『1回目はそれほどでないが、2回目には過敏な病的症状』が現れます。正常な人の血液中にIgE(アイジーE＝免疫グロブリンE)は極めて少ないが、アレルギー体質の人の鼻粘膜に花粉が付くと炎症を起こし、体内に『IgE抗体』が作られます。これが鼻粘膜にある『肥満細胞』の表面に付くまでに、スギ花粉症では約5年かかると言われ、再び花粉を吸い込むと、IgE抗体と花粉が結合し、その刺激で肥満細胞から化学物質のヒスタミンやロイコトリエンが出ます。ヒスタミンは鼻の知覚神経を刺激して鼻水・くしゃみを、ロイコトリエンは鼻粘膜の血管を刺激するので、粘膜が腫れて鼻ずまりを引き起こすために、花粉症状が現れるのです。

IgE抗体が関与するアレルギーを、『アトピー(ギリシャ語で「奇妙なこと」)性アレルギー』と言い、この体質は遺伝しますが、最近では体質以外の要因も関係していると言われています。

50歳のE子さんは、約20年も前から花粉症に悩まされています。「くしゃみが止まらず、目はかゆくて涙と鼻水が出て、職場の人達に嫌がられているのではと、気が気でなりません。昨年の春、A病院へ行き治療をしてもらうようになってから花粉症状はだいぶ改善されました。しかし主治医から『このステロイド薬はニキビが出るなど、薬の副作用が現れることがある。現在は、花粉症にならない体質にする治療法がある』とB病院を紹介され、花粉症の恐怖から解放されそうです」と明るい表情で話されました。B病院での治療は6～10月に始め、最初は少量の花粉エキス＝抽出物を注射し、徐々にエキスの量を増やし、花粉症が出ない最大量が決まると約1カ月に1回の注射を約3年続け、花粉に耐えうる体質を作るのです。

私たちの体質は、遺伝によるものです。例えば、両親がスギ花粉症の場合は、その子供の50%はスギ花粉症になると考えられています。しかし、両親のどちらか一方が花粉症の場合は、両親ともに花粉症ではない子供と、あまり差はなく、発症率は花粉の飛散量によることも分かっています。

私には嫌な出来事でも、自分で背負って生きていかなければならないのが人生です。念仏者は苦悩している時、その原因・理由(因縁)が納得できて『常に私に呼びかけて下さっている如来＝仏様に後押しされながら私なりにがんばろう』と念仏と共に乗り越えられるのだそうです。私たちも、そうありたいものです。

(大阪府立看護大学医療技術短期大学部・助教授)