

眼科医からみた花粉症について

内尾 英一

横浜市立大学医学部附属
市民総合医療センター眼科部長

目は鼻と並んで花粉によるアレルギー症状が出やすい場所です。花粉性アレルギー性結膜炎は季節性アレルギー性結膜炎のほとんどを占めており、増加傾向にあるといわれています。「目のかゆみ」「なみだ」および「ゴロゴロ感」が主な症状で、目の局所には充血、濾胞、乳頭、浮腫などさまざまな所見が見られます。ウイルス性、細菌性などの感染性結膜炎に似ていますが、区別する必要があります。

治療には抗アレルギー点眼薬のメディエーター遊離抑制薬と抗ヒスタミン薬の2種類があり、これらをその特徴に応じて使い分けるか併用すると症状を十分抑えることができます。毎年反復する患者さんは初期療法を行う価値があります。ステロイド点眼薬も強力な治療効果がありますが、その反面副作用も見られるので、専門医の診察を受けて使用するべきです。

花粉が目に入って症状を起こすのを防ぐためのいろいろなセルフケアの方法があります。適切な使用を行えば、快適に花粉症の時期を乗り切ることもできるでしょう。

眼科医からみた花粉症について

内尾 英一
 (横浜市立大学市民総合医療センター眼科)

花粉性アレルギー性結膜炎の症状

- 目の症状：通常両目
 - かゆみ
 - なみだ (流涙)
 - ゴロゴロ感 (異物感)
 - 目やには少ない
- 約70%で鼻アレルギーを合併する
- 症状が強いと、のどの刺激感や発熱などを合併することもある

さまざまな症状

目のむくみ (浮腫) まぶたのはれ

どれくらいの方が眼の症状が出るのか?

- 目のかゆみ
 - 小児(15歳未満)の16.1%, 成人(15歳以上)の21.1%
- 医師によってアレルギー性結膜炎と判定された人
 - 小児の12.2%, 成人の14.8%
 - (平成5年度厚生省アレルギー総合事業疫学調査班フィールド調査)

季節性アレルギー性結膜炎

主訴：眼痒・痒感・異物感などポイント 結膜の増殖性変化は無い
 眼脂は比較的少ない 毎年決まった時期に症状が出現
 眼所見：結膜充血・浮腫

濾胞 乳頭

アレルギー性結膜炎の割合

■眼アレルギー疾患の割合 (対象 11,338例)

- 春季カタル (1.6%)
- アトピー性角結膜炎 (13.9%)
- アレルギー性結膜炎 (84.5%)
 - 季節性アレルギー性結膜炎 (36.5%)
 - 通年性アレルギー性結膜炎 (48.0%)

(1996, 日本眼科協会アレルギー眼病学研究会)

花粉によるアレルギー性眼病の増進患者数

■調査日1日あたりの来院患者数 (×1000人)

年	患者数 (×1000)
昭和59年	0.3
昭和62年	0.4
平成2年	0.7
平成5年	0.9
平成8年	1.3

外来

(厚生労働省大臣官庁統計情報部データ)

通年性アレルギー性結膜炎

主訴：眼痒・痒感・異物感など
 結膜充血・浮腫
 眼脂は比較的少ない
 症状は年間を通じて発現
 濾胞や乳頭が広範囲に認められることがある

角結膜でのアレルギー性炎症

遅発相 即時相

眼のアレルギーが起きる場所

まぶた (眼瞼)
 白目 (結膜)
 黒目 (角膜)

濾胞と乳頭のちがいは?

特徴：結膜の表面にみられる病変

濾胞 乳頭

増殖したリンパ球の集合体 周囲に血管 中央に血管 結合組織の増殖・炎症細胞の浸潤

炎症を起こす細胞

好酸球 マスト細胞 T細胞

涙液の中のマスト細胞と好酸球 結膜乳頭のT細胞 (免疫染色)

急性の反応を生じる 慢性になると出てくる

目にアレルギーが起きやすい理由

- 結膜が直接外界に接している
- 抗原の蛋白質が涙液に溶かされやすい
- 結膜には血管や免疫反応を起こす細胞が多い

目の表面の変化

乳頭
 表面の盛り上がり
 「ゴロゴロ感」を生じる

濾胞
 リンパ球の集まり
 「かゆみ」を生じる

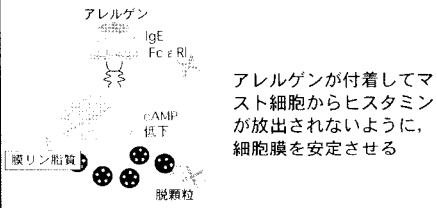
花粉性結膜炎の重症例

まぶたの皮膚病変 (ステロイド外用薬) 角結膜病変 (抗アレルギー点眼薬+ステロイド点眼薬)

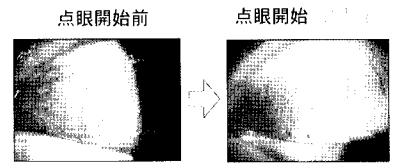
角膜炎（黒目）の合併症



メチンエーター遊離抑制薬のメカニズム

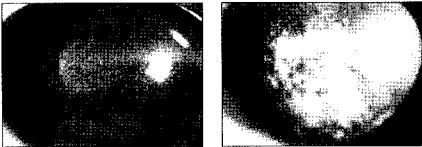


メチンエーター遊離抑制薬減感作による結膜充血の改善

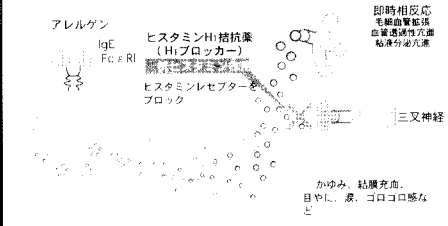


角膜炎合併症

アトピー性皮膚炎のある場合は
が出やすい



抗ヒスタミン薬のメカニズム



最もつらいと感じる症状は？

最もつらいと感じる症状のトップ3

1位	・目がゆい	78人	71.6%
2位	・鼻水が出る	18人	16.5%
・3位	・鼻がつまる	・11人	・10.1%

(複数回答：%の母数は109)

(中川やよい 他：あたらしい眼科19, 2002)

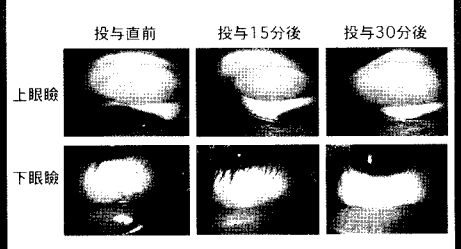
区別しにくい原因不明の病変



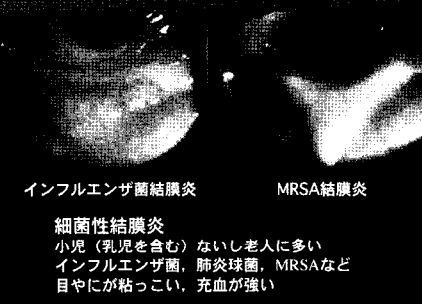
各点眼薬の特徴

- ・メチンエーター遊離抑制薬
 - 繰り返し点眼すると症状が出にくくなる
 - 初期療法に有効
- ・抗ヒスタミン薬
 - 即効性の可能性
 - 自覚症状を強く抑える
 - 予防作用はない

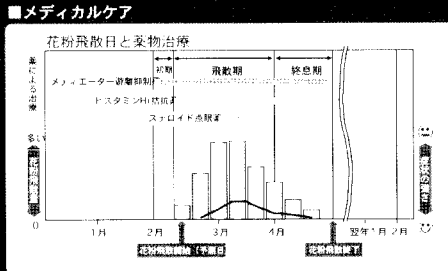
抗ヒスタミン点眼薬による効果



区別しにくい原因不明の病変



花粉症アレルギー性結膜炎の治療



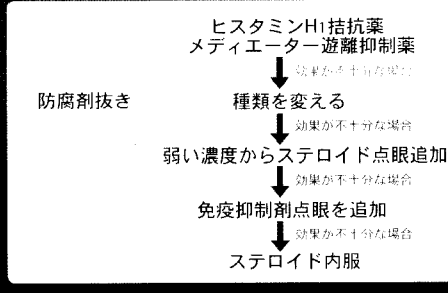
全身療法併用時の効果

- ・抗ヒスタミン薬
 - 結膜炎にも有効、特に充血、痒みに効く
- ・減感作療法
 - 鼻炎よりも早く結膜炎に効く可能性

抗アレルギー薬（点眼薬）の種類

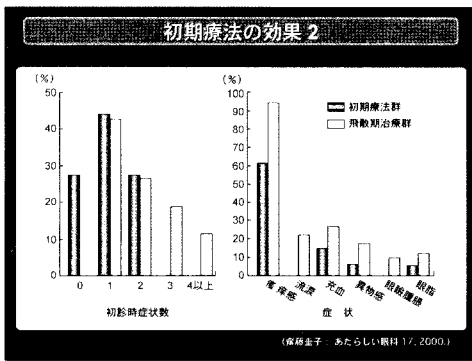
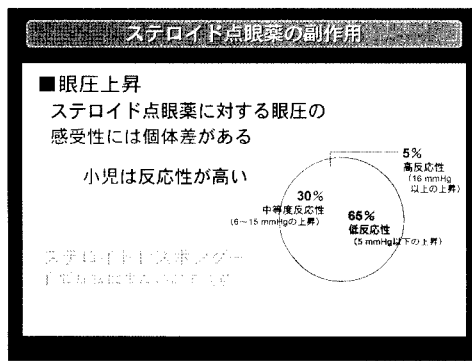
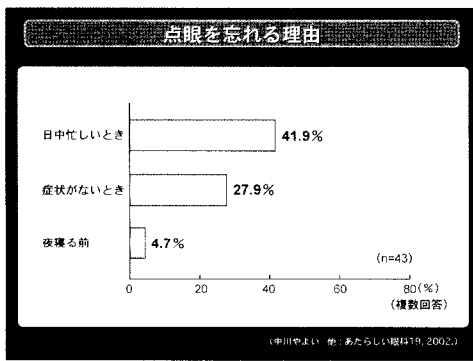
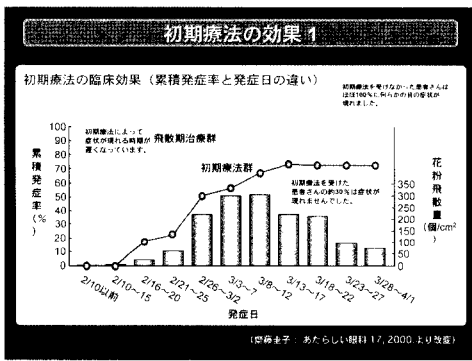
分類	薬剤名	商品名	点眼回数	抗ヒスタミン作用	
メチンエーター遊離抑制薬	クロモグリク酸ナトリウム	インタール	1日4回	-	
	アンレキサノクス	エリックス	1日4回	-	
	ベミロラストカリウム	アレキサル ベミラストン	1日2回	-	
	トラニラスト	リザベン トララス	1日4回	-	
	イフシラスト	ケタス アイビナール	1日4回	-	
	アンタサノラスト水和物	セベリン	1日4回	-	
	ヒスタミンH1拮抗薬	フルメタクトフェン塩酸レホカバチン	ザジテン リボスチン	1日4回	+
				1日4回	+

点眼薬の処方方針の実際

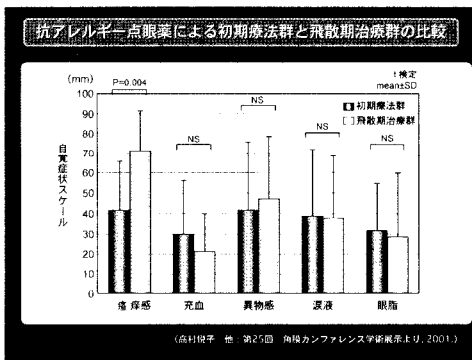
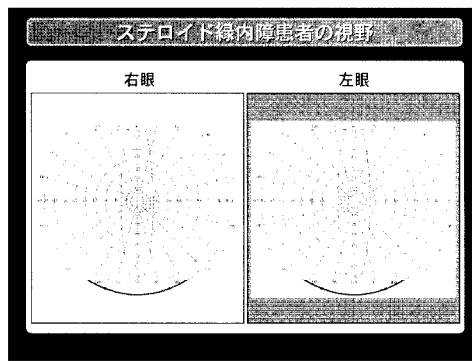


処方方法を例

- ◆ 対象：季節性アレルギー性結膜炎
- ◆ 投与薬剤：メチンエーター遊離抑制薬（点眼）
（飛散予測日前でも花粉の飛散は認められている）



- ### 季節性アレルギー性結膜炎のセルフケア
- 花粉情報に注意 ●外出を控える ●窓を閉める
 - 外出時のメガネ・マスクの使用
 - 帰宅時に花粉を衣服から落として入室
 - 帰宅後、洗顔・うがい・鼻をかむ
 - 夜更かしはしない (睡眠を十分とる) ●適度な運動
 - バランスの良い食事をとる (暴飲暴食は避ける)

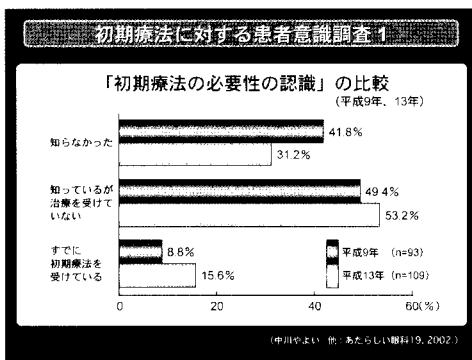


- ### 抗原回避
- 抗原が直接入らないようにする：
 - ゴーグル型眼鏡
 - 眼表面から抗原を洗い流す：
 - 人工涙液による洗眼 (1日4回以上の場合、防腐剤無添加人工涙液)

ドライアイと眼アレルギー

48歳 女性

- 主訴：右眼の充血、眼脂、痒、痒感
- 現病歴：ドライアイの診断で、ヒアルロン酸、防腐剤フリーの人工涙液で治療されてきた。1週間前より、右眼が痒く、眼脂も多く、充血している。毎年、この季節になると、両眼に同じような症状が生じるという。

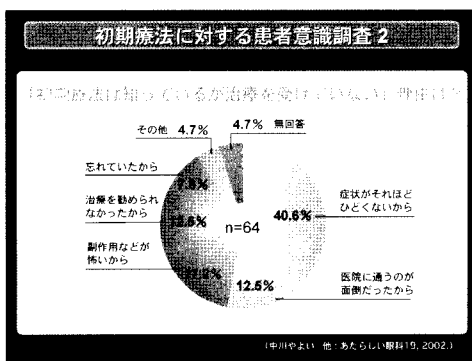


洗眼は有効か

カップ式洗眼器では、まぶたに付着した花粉を目の中に入れる危険性がある

流水で洗い流すのはよい

点眼液にも洗い流し効果はある



ステロイド点眼薬、そのパワーとリスク

パワー：アレルギー性炎症の抑制に絶大なパワーを発揮

リスク：眼圧上昇、免疫抑制

ステロイド点眼薬は抗アレルギー点眼薬よりも作用が強く、早い

- ### まとめ
- ・アレルギー性結膜炎は増加している
 - ・治療薬にはメディエーター遊離抑制薬、抗ヒスタミン薬、ステロイド薬の点眼薬があり、作用が異なっている
 - ・抗原を防ぐ、洗い流すなどのセルフケアも有効である