



【伊勢市】
医療法人 MSC
齋藤 公正 理事長
<経歴>
愛媛大学医学部卒
山田（現伊勢）赤十字病院
呼吸器科副部長
<現在>
さいとう内科呼吸器科
三重スリープクリニック院長
三重ハートセンター非常勤医

病気の基礎知識や予防法をアドバイス

Simple 健康カルテ

File No.14 「アレルギー①」

—アレルギーとは—

今月号からは、アレルギーです。春は、肺の病気を患っている患者さんたちにとって、厳しい冬のトンネルから抜け出し、待ちわびた季節の到来なのですが、花粉症や気管支喘息等のアレルギー体質の人にとっては、要注意の季節でもあります。

【アレルギーとは】

私たちの体には、ウイルスや細菌などの異物が入ってきた時に、「抗体」を作って対抗しようとする「免疫」という防御システムがそなわっています。ところが、この免疫のしくみが、食べ物や花粉など私たちの体に害を与えない物質に対しても「有害な物質だ！」と勘違いして、過剰に攻撃をしてしまうのが「アレルギー」です。本来は体を守るはずの反応が、自分自身を傷つけてしまうのがアレルギー反応なのです。

【アレルギーの種類】

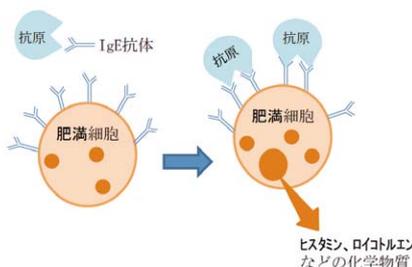
一口に「アレルギー」と云っても、大きくI～IV型まで分類されています。アレルギーの病気としてまず思い浮かぶ、花粉症（アレルギー性鼻炎）、気管支喘息、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、じんま疹などは「I型」に分類されます。

食物や花粉、ダニ、ハウスダスト等のアレルギーの原因となる物質を「アレルゲン」または「抗原」といいます。どの「抗原（アレルゲン）」に反応するかは人それぞれです。その「抗原」に対抗するのが「抗体」です。体内でつくられる抗体にはIgG,IgA,IgM,IgD,IgEの5つの種類があります。「I型」のアレルギーの場合は、この中の「IgE抗体」が過剰な

反応を起こしてしまうのです。

【アレルギー反応の起こり方】

代表的なI型アレルギーの起こり方は、まず花粉やダニ等の「抗原」が体内に入ってくると、これをやっつけようとその抗原に対する「IgE抗体」がつけられます。この「IgE抗体」は、皮膚や粘膜に多くある



「肥満細胞」にアンテナのように張りめぐらされています(図)。再び「抗原」が侵入し、肥満細胞上の「IgE抗体」のアンテナにひかり結合すると、肥満細胞内の「ヒスタミン」や「ロイコトリエン」等の化学物質が二気に放出されます。そのヒスタミンが、例えば皮膚血管の壁に結合すると、血管が拡張し皮膚が赤くなります。また、血管壁はタイルが連なった様な構造なので、拡張すると隙間ができて水分が漏れ出し腫れ上がります。これがじんま疹です。同様の反応が鼻の粘膜で起きると鼻水が多くなり鼻炎症状に、肺の中の気管支の粘膜で起きると、気管支が狭くなり痰が多くなる気管支喘息症状になります。全身で起きると、血管内の水分が漏れ出て少なくなり血圧が下がります。これが「アナフィラキシーショック」と呼ばれる状態です。

【増えているアレルギー疾患】

アレルギー疾患は増えています。たとえば、小学生の気管支喘息は5～10%で、20年前の3倍に増えています。アトピー性皮膚炎も、乳幼児で10～15%といわれており、10年間で1～15倍に増えています。

また、最近の特徴として乳幼児の時にアトピー性皮膚炎や食物アレルギーになり、小学生くらいで喘息となり、さらにアレルギー性鼻炎と様々なアレルギー疾患にかかる人が増加しており、「アレルギーマーチ」と言われています。さらに、今までは「スギ」に対しての花粉症であった人が、「ヒノキ」や「イネ科の植物」にも反応するようになるケースも増えています。

アレルギーの病気は、もともとアレルギー体質がある人に起こるのですが、最近のアレルギー疾患の増加は、環境の変化が影響しているといわれています。住宅環境によりダニやカビが増える、食品流通や食生活の変化で洋風の食事や食品添加物が増える、皮膚に厳しい乾燥環境が増える、感染症の病気が減ってからの免疫反応がアレルギーの起こりやすい方向に傾く等があげられています。つまり、いろんな環境因子が作用して病気が発症する、あるいは病状が悪化するのです。体質はなかなか変えられませんが、何が悪化因子かを知って、環境を整えることでアレルギーの病気を発症を予防できたり、症状を軽くすることができるのです。

次号からは、アレルギーの代表的な疾患とその対策を考えていきます。