



## 血管運動性鼻炎について

10月は秋の花粉症で来院される方がとても多かったです。

11月になると、花粉による鼻炎は減りますが、外気と室内との温度差などによる鼻炎によって悩まれる方も増えてくるかもしれません。今回は血管運動性鼻炎についてお話しします。

くしゃみ、鼻水、鼻詰まりは、体への異物の侵入を阻止し、排除しようとする防御のメカニズムです。これらの症状が過剰に現れた状態を鼻過敏症といいます。鼻過敏症には、アレルギー性鼻炎と血管運動性鼻炎の二つがあります。

鼻の粘膜にアレルギー反応が起こるのがアレルギー性鼻炎で、繰り返す発作性のくしゃみ、鼻水、鼻詰まりの三つが主な症状です。

血管運動性鼻炎は、アレルギー反応の関与が証明できないため原因がはっきりしないものの、鼻粘膜の自律神経の異常によって、くしゃみ、鼻水、鼻詰まりといったアレルギー性鼻炎と同じ症状を示す病気です。

特定のはっきりした原因が不明ですが、考えられることとして、

- 外気の急激な温度変化（暖かい部屋から出て外の冷たい空気に触れるなど）
- たばこの煙や化粧品などの吸入
- 飲酒
- 精神的ストレス
- 妊娠

などが刺激となり、鼻の自律神経の働きが異常になって起こると考えられています。

アレルギー性鼻炎の治療では抗原の除去・吸入回避が重要ですが、血管運動性鼻炎は、アレルギー反応で起きているものではないので、症状を抑える対症療法が主体になります。もちろんこの2つの鼻炎が重複することもあります。

薬物治療では、抗ヒスタミン薬などの内服薬、副腎皮質ホルモンや抗ヒスタミン剤が含まれる点鼻薬が主に使われます。薬物療法に効果を示さない場合は耳鼻科で手術療法を行うこともあります。

もう一つ、当院で行っていることが漢方治療です。鼻汁が多い体の中の水分の循環を改善するのか、血流を改善するのかまたは東洋医学的診察で漢方薬を決定して処方します。



血管運動性鼻炎に関しては生活で気をつけることは、

- ストレスをためない
- 睡眠不足にならない
- アルコールを飲み過ぎない
- たばこの煙やほこりを吸わない
- 規則正しい生活とバランスの取れた食事を心掛ける

等の点に注意し、症状を悪化させないようにして自律神経のバランスを整える努力が、大事で

## 10周年記念パーティ体験レポ

