

健康 ぷらざ

秋の花粉症

— 空き地や河原に注意 —

指導：岡山大学耳鼻咽喉・頭頸部外科学 准教授 岡野 光博

企画：
日本医師会

No. 392

秋の花粉症

花粉症といえば春のスギやヒノキの花粉症が有名ですが、秋にも花粉症があります。

秋はブタクサやヨモギなどキク科の花粉によるものが多く、実は日本で最初に見つかった花粉症はブタクサ花粉症です。「キク」が代表する、秋に黄色く咲く草花には注意しましょう。

稲穂のような雑草にも注意

見た目が稲穂のようなイネ科の花粉も原因の1つです。キク科やイネ科の草花はもともと牧草で、水気の多い空き地や河川敷に群生します。秋の花粉症はこのような場所で遊んでいる子どもに多く、強いアレルギー症状が出る場合があります。

また、カナムグラやイラクサの花粉や、秋に飛ぶというスギ花粉によることもあります。



近くに行かない

症状はくしゃみ、鼻みず、鼻づまりや眼・鼻・のどのかゆみなど、春の花粉症と同じです。キク科やイネ科の草花は背が低いため、スギやヒノキの花粉ほど遠くには飛びません。堤防や河原など、雑草が多く生えている所には行かない、草遊びをしないなど、花粉を吸わないように気をつければ、症状を抑えることができます。

春に花粉症があって秋も同じような症状が出る、あるいは風邪にしては症状が長引いている、かゆみが強い、という時は、秋の花粉症かもしれません。かかりつけの医師に相談しましょう。