



未病を診るクリニック

みなと元町内科クリニック 院長 笠木伸平

⑦ 慢性的に続く 鼻水の原因に注意！

1月に入ると、外来には鼻水を主訴に来院される方が増えてきます。一時的に悪化する鼻水の原因として、

年末年始の食べ過ぎ、飲みすぎや感冒などが挙げられますが、持続する鼻水となると原因がわからずに、漫然と抗アレルギー剤を処方されるケースをよく見かけます。

スギ花粉は一月から飛びやすくなり、花粉症に伴う鼻炎の方は、花粉を部屋に入れないようにすることが大切です。確かに、花粉症

鼻水は長引きますが、花粉症の方は、一部の果物に対しても、アレルギーを持つ傾向が高いといわれ、花粉の種類によって、どんな果物にアレルギーを起こしやすいかの傾向も分かっています。(花粉・フルーツ症候群)。例えば、スギ花粉症の方がトマトを食べ続けるとトマトを食べなくてもスギ花粉症が悪化したり、トマトを食べている期間はさらに症状がひどくなるということがあります。その理由は、スギ花粉とトマトの成分に構造上似ているところがあり、スギとトマトを体が混同したり、トマトアレルギーが花粉症を増悪する場合があります。この場合はトマトをやめれば、スギ花粉症が改善します。年中花粉症の場合でも、花粉症の原因花粉の種類と、食物アレルギーの可能性と種類の特定をしておくことが理想的です。

慢性の鼻水は、他に、肩こり、体の冷え、特に冬は足元が冷えると胃腸が冷え、肩こりや全身の血流循環が悪くなって鼻水が止まらないこともあり、その場合は抗アレルギー剤を飲んでもなかなかよくなりません。場合

によっては、鼻腔に病気があっても原因はたくさんあります。

気になる症状があまりしなから当院まで。

エレガリオ神戸1階 ④有り

神戸市中央区海岸通6-2-14

●診療科目：内科・未病

診療時間	月	火	水	木	金
午前 9:30~11:30	○	○	○	○	○
午後 2:00~ 4:30	△	△	◎	△	△

休診：土曜・日曜・祝日 △：完全予約制
◎：水曜午後のみ1:00~4:30 (完全予約制)

