



充分な花粉症対策を

はじめに

対策としては、花粉が飛び始まる今頃から対策(グッズ・点鼻薬、点眼薬、アレルギー薬)が必要で、本来の飛散予測では、二月十日〜二月二十日といわれ、とくに山梨、長野や神奈川は要注意地域といわれている。予測としては二〇〇七年の二倍の飛散量で、充分な対策が望まれる。予防グッズとして、マスクが市販されていて、従来のマスクより改良され、着用指導も徹底されているように、効果もあげている。本格的な状態が強くない時期ならマスク、眼鏡着用やうがい等を指導、早期のアレルギー薬の内服(内科医の五〇〜六〇%がすすめている)で予防は可能である。

花粉症グッズ

基本的には、眼、鼻や皮膚への抗原(花粉)のそれらの部位への接着防止であり、大気中の花粉飛散をさける予防効果を期待している。マスク着用した人の八〇〜九〇%は効果を認めており、くしゃみの回数減少、鼻汁等の減少、鼻閉軽減が自覚されている。どのようなマスクが良いか検討したデータがあるが、

一般的に不織布マスクが良いといわれている。使い捨てマスクは不織布マスクを指している、さらに鼻腔の接する近傍に当てガーゼをするれば、そのガーゼに花粉が附着、集積がみられ、七〇〜八〇%の花粉除去が期待でき、鼻栓をすればさらに効果があるといわれ、九十九%予防が期待できる。日常生活において、花粉情報を参考にし、花粉飛散が多いときは、外出をひかえ、外出時はマスク着用し、帰宅時は洗顔(眼)、うがい、鼻かみ、衣類をかえることが重要である。治療はまず予防できなかった場合の次の段階であり、対症療法が主体となる。現在、抗ヒスタミン薬(H1受容体拮抗薬)を中心にして種々のアレルギー治療薬が開発使用されている。最近では、中枢性抑制作用(眠気、作業効率の低下)の少ない第二世代の抗ヒスタミン薬やケミカルメディエーター遊離抑制薬が使われている。また点眼や点鼻薬も新しい作用機序の薬が市販されている。まずは予防を徹底的に行い、この季節をのり切っていくことにしましょう。最近ではこのような季節性がなく、通年アレルギーも多いが、このような場合は、外来で相談しましょう。(重本 幸子)

鈴森会会報 発行所 千代田区神田岩本町 一番地 岩本町ビル内 鈴森内科事務局 電話 (3253) 7081 発行者 石川 喜一郎 編集発行人 斉藤、加藤

QOL上、重要と なっている 糖尿病性神経障害 — その診断と治療 —

はじめに

糖尿病性神経障害は、合併症の中では頻度が高く、糖尿病が発症して数年後に発現する。症状は多彩で、症状の段階に応じ、日常生活を障害する。最も多くみられるのが多発神経障害で、その他自律神経障害や単神経障害がみられる。一般的に糖尿病性合併症として最も多く出現し、みられるのがこの障害で、症状として下肢末梢の感覚が低下し、皮が一枚かぶった感じ、異常感覚(じんじん感)、痛みがある。感覚低下を評価する方法としてモノフィラメント、振動覚検査、心電図のR-R間隔検査、アキレス腱反射がある。同様な症状を呈する疾患も多くみられ、鑑別しなければならぬ疾患がある。例えば、上肢のみ症状を訴える場合、手根管症候群、尺骨神経肘部障害、頸椎症やヘルニア等である。両側下肢症状がある場合は、腰痛症、腰椎ヘルニア、脊管狭窄症、閉塞性動脈硬化症を考える。

多発神経障害

一般的に糖尿病性合併症として最も多く出現し、みられるのがこの障害で、症状として下肢末梢の感覚が低下し、皮が一枚かぶった感じ、異常感覚(じんじん感)、痛みがある。感覚低下を評価する方法としてモノフィラメント、振動覚検査、心電図のR-R間隔検査、アキレス腱反射がある。同様な症状を呈する疾患も多くみられ、鑑別しなければならぬ疾患がある。例えば、上肢のみ症状を訴える場合、手根管症候群、尺骨神経肘部障害、頸椎症やヘルニア等である。両側下肢症状がある場合は、腰痛症、腰椎ヘルニア、脊管狭窄症、閉塞性動脈硬化症を考える。

糖尿病性筋委縮

末梢神経特に腰部神経叢の障害とされ、しばしば下肢近位筋の委縮、大腿前面の感覚異常を合併し、予後は良く血管障害や炎症が関与しているといわれている。

糖尿病性神経障害の治療

末梢神経障害のメカニズムとして最も、エビデンスが集積されているのがアルドース還元酵素(aldehyde reductase: AR)阻害薬(キネダック)であり、日本の日常診療ではエパル

診断を確定するにはX線、CTやMRIの画像診断が有用である。その他、手足の筋力低下、筋委縮が目立つと慢性炎症性脱髄性多発神経障害、脊管狭窄症を除外する。

自律神経障害

心拍の呼吸性変動を定量的に評価する心電図上のCVR(R-R間隔変動指数)は自律神経障害を比較的に簡単に評価できる。起立性低血圧で30mmHg以上の血圧低下があれば診断される。その他、消化管運動障害があり、胃排出障害や下痢や便秘などの症状もみられる。

単神経障害

この障害は急性発症で、とくに眼の動眼神経マヒや外転神経麻痺が主体で、日常診療上、眼瞼下垂と内転上下転障害を呈するが、二〜三か月後には軽快することが多く、鑑別診断のためにMRI検査が必要である。

(重本 幸子)

お知らせ

平成二十年四月より、四十歳以上の方を対象に特定健診・特定保健指導が開始されます。当クリニックは、特定健診・特定保健指導医療機関として登録されており、また、後期高齢者医療制度の七十五歳以上の方については、かかりつけ医制度に基づき、かかりつけ医登録証をお配りしております。詳細については、別途該当されます方に書面にてご案内させていただきますので、ご不明な内容がございましたら、受付でご相談なさるようにして下さい。(院長)

Advertisement for Sakuron S (ザクロンS). It features the product packaging and text: 'スーッと飲めば、スーッと効く。ザクロンS'. The text describes its benefits for stomach pain, indigestion, and bloating. It also mentions '葉緑素の成分を配合' (Contains chlorophyll components) and '40歳以上の健康維持' (Maintaining health for those over 40).

Advertisement for Kaken Pharmaceutical (科研製薬株式会社). It features a photo of a group of people and text: '生命の大切さ、人から人へ... 私たちは、笑顔が見える視線で接します。' (The preciousness of life, from person to person... We connect with a gaze that shows smiles). The company name and website are also listed.

Advertisement for Novo Nordisk. It features a woman holding a globe and the text: 'changing the way we care for diabetes'. Below it, it says 'よりよい糖尿病ケアを目指して' (Aiming for better diabetes care) and lists the company name 'ノボルティスク ファーマ株式会社' (Novo Nordisk Pharma Co., Ltd.) with contact information.

Advertisement for Nichiko (日医工株式会社). It features a family illustration and the text: 'あなたが選ぶ ジェネリック' (The generic you choose). It lists the company name '日医工株式会社' (Nichiko Co., Ltd.) and contact information.

Advertisement for Mitsuwa Pharmaceutical (田辺三菱製薬). It features a hand holding a pill and the text: 'いのちの未来を、つくろう。' (Let's create the future of life). It mentions '10月1日、田辺三菱製薬へ。' (On October 1st, to Mitsuwa Pharmaceutical) and the company name '田辺三菱製薬' (Mitsuwa Pharmaceutical).