

アレルギー性 結膜炎は症状に 合った対応を

結膜に起きるアレルギー性疾患の総称を「アレルギー性結膜炎」といいます。原因はさまざまですが、春～初夏に増えるのが「花粉性アレルギー性結膜炎」です。

アレルギー性結膜炎とは？

アレルギー反応を引き起こす物質（アレルゲン）が結膜に付着することで発症します。アレルギー反応は、本来なら無害なものに対するからだの過剰反応です。

まぶたの裏側と白眼の部分をおおう粘膜を「結膜」



といいます。眼は他の臓器と比べアレルギー反応を起こしやすく、結膜にアレルゲンが付着すると、眼のかゆみ、ゴロゴロするような異物感などを起こします。

《眼にアレルギー症状が多く出る理由》

- ・結膜は直接外部に接していて、アレルゲンが侵入しやすい
- ・涙はたんぱく質を溶かしやすい性質のため、アレルゲンのたんぱく質成分を受け入れやすい
- ・結膜には免疫細胞や血管が集中しているため、アレルゲンの侵入で細胞が炎症を起こしやすい

治療とセルフケア

一般的に、眼科の治療では抗アレルギー点眼薬が第一選択となりますが、かゆみや充血が強い場合はステロイド剤の点眼薬や軟膏を使うことがあります。市販の抗アレルギー点眼薬を使ってつらい症状をある程度軽減することもできますが、症状が改善しないときは眼科医の診察を受けましょう。



花粉など季節性のアレルゲンについては、花粉になるべく接しないような工夫でセルフケアできます。ダニやハウスダスト、大気汚染、コンタクトレンズの汚れなどの通年性のアレルゲンについては、室内や寝具の改善、ていねいな掃除・洗浄、空気清浄機の活用などが有効な対策となります。アレルギー症状がひどく眼に炎症を起こしているときは、コンタクトレンズの使用は控えましょう。

