

2015年2月23日

メドピア株式会社

－MedPeer会員医師へのアンケート調査－

**医師が自身で行っている“花粉症対策”について、
治療の開始時期は「2月」、最重要視する花粉除去対策は「マスク」、
治療法は「薬物療法（ケミカルメディエーター受容体拮抗薬）」が1位**

医師7万人以上が参加する医師専用サイト「MedPeer（メドピア）」（<https://medpeer.jp>）を運営するメドピア株式会社（東京都渋谷区、代表取締役社長：石見 陽）は、会員医師を対象に『医師自身の花粉症対策』についてのアンケートを実施し、以下のとおり結果を取りまとめました。

<サマリー>

- 【1】「いつ頃から花粉症の治療を始めるか」について、「2月」と回答した医師が最も多く、花粉症の医師の36%を占めた。次いで多かったのは「何もしない」という回答で花粉症の医師の25%だった。
- 【2】「最も重要視している花粉の除去対策は何か」について、「マスク」と回答した医師が最も多く、全体の41%を占めた。「空気清浄機」という回答が、16%で次に多かった。
- 【3】「自身で行っている、もしくは花粉症の家族に勧める花粉症の治療法」について、「薬物療法」と回答した医師が71%と大半を占め、中でも、抗ヒスタミン薬などを含む「ケミカルメディエーター受容体拮抗薬」を服用している医師が最も多く、57%を占めた。

<調査概要>

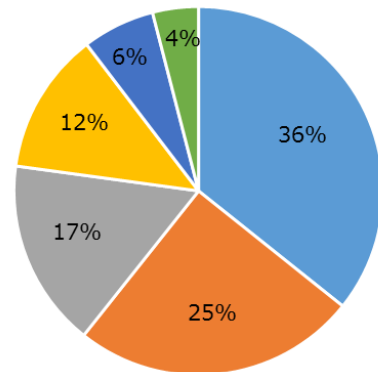
- 調査期間：2015年2月13日（金）～2015年2月19日（木）
- 調査対象：医師専用サイトMedPeerに会員登録をする医師
- 有効回答：【1】3,916人／【2】3,928人／【3】3,900人
- 調査方法：医師専用サイト「MedPeer」内の「ポスティング調査」コーナーにおいて、MedPeer事務局（運営：メドピア株式会社）より、医師会員自身の花粉症治療に関する以下3つの質問を投げかけました。
 - 【1】「いつ頃から花粉症の治療を始めますか」
 - 【2】「家庭や職場で最も重要視している花粉除去対策は何ですか」
 - 【3】「ご自身の花粉症に対してどのような治療していますか？あるいは花粉症のご家族にどのような治療法を薦めますか？」

<調査結果>

【1】いつ頃から花粉症の治療を始めるか（回答数：3,916人）

順位	回答	回答数	占有率
1	2月	809	35.7%
2	何もしない	565	25.0%
3	3月	373	16.5%
4	1月	282	12.5%
5	前年12月以前	144	6.4%
6	4月	91	4.0%
	合計	2,264	100.0%

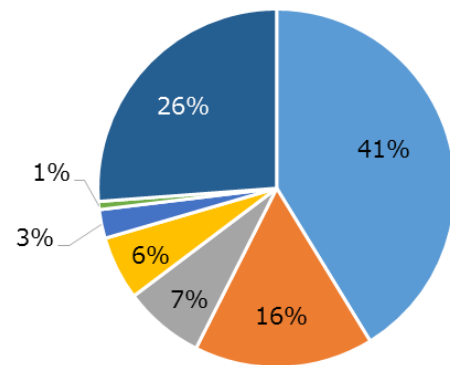
※「花粉症でない」の回答数(1,652)は除外



■ 2月 ■ 何もしない ■ 3月 ■ 1月 ■ 前年12月以前 ■ 4月

【2】最も重要視している花粉除去対策は何か（回答数：3,928人）

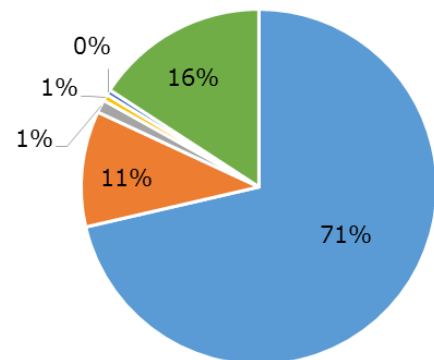
順位	回答	回答数	占有率
1	マスク	1,620	41.2%
2	空気清浄機	637	16.2%
3	洗濯物を外干ししない	286	7.3%
4	帰宅後髪や衣類を払う	226	5.8%
5	花粉対策メガネ・ゴーグル	102	2.6%
6	布団クリーナーを使う	29	0.7%
-	その他	1,028	26.2%
	合計	3,928	100.0%



■ マスク ■ 空気清浄機
 ■ 洗濯物を外干ししない ■ 帰宅後髪や衣類を払う
 ■ 花粉対策メガネ・ゴーグル ■ 布団クリーナーを使う
 ■ その他

【3】自身で行っている、もしくは花粉症の家族に勧める花粉症の治療法（回答数：3,900人）

順位	回答	回答数	占有率
1	薬物療法	2,784	71.4%
2	治療は何もしない	411	10.5%
3	アレルギー免疫療法	46	1.2%
4	サプリメント	23	0.6%
5	手術療法	19	0.5%
-	上記以外のその他	617	15.8%
	合計	3,900	100.0%



■ 薬物療法 ■ 治療は何もしない
 ■ アレルギー免疫療法 ■ サプリメント
 ■ 手術療法 ■ 上記以外のその他

※具体的な治療法別ランキング

順位	回答	回答数	占有率
1	【薬物療法】ケミカルメディエーター受容体拮抗薬（抗ヒスタミン薬、抗ロイコトリエン薬、抗プロスタグランジンD ₂ ・トロンボキサンA ₂ 薬）	2,235	57.3%
2	治療は何もしない	411	10.5%
3	【薬物療法】ステロイド薬	195	5.0%
4	【薬物療法】点鼻用血管収縮薬	116	3.0%
5	【薬物療法】その他	86	2.2%
6	【薬物療法】ケミカルメディエーター遊離抑制薬（肥満細胞安定薬）	77	2.0%
7	【薬物療法】鼻炎用OTC薬	58	1.5%
8	【アレルギー免疫療法】舌下免疫療法	28	0.7%
9	サプリメント	23	0.6%
10	【アレルギー免疫療法】皮下注射法	18	0.5%
11	【薬物療法】Th2サイトカイン阻害薬	17	0.4%
12	【手術療法】凝固壊死法（レーザー治療、高周波電気凝固法など）	12	0.3%
13	【手術療法】切除（鼻腔整復術、下鼻甲介粘膜後半切除術など）	7	0.2%
14	【手術療法】その他	0	0.0%
-	上記以外のその他	617	15.8%
	合計	3,900	100.0%

<回答コメント抜粋（ランキング順）>

【1】いつ頃から花粉症の治療を始めるか

回答	コメント
2月	<ul style="list-style-type: none"> 花粉飛散の2週間前で十分と思います。(40代、耳鼻咽喉科) 2月よりゴールデンウィークまで飲んでいきます。(50代、産婦人科) 飛散予想が出始めた頃から始めます。(50代、一般内科) 2月から抗ヒスタミン薬を飲み始めます。(30代、精神科)
何もしない	<ul style="list-style-type: none"> 重症ではないので対処療法しています。(30代、血液内科) マスクを着用するなどの、予防だけで経過をみています。(40代、感染症科) 症状がひどいときのみ、点鼻薬等で対処。(50代、一般内科)
3月	<ul style="list-style-type: none"> くしゃみや鼻水、目の痒みなど一般的な症状を感じたら、内服を開始し、コントロール困難なら点鼻点眼をします。(30代、泌尿器科) 少し遅めですが、最近の薬は比較的速効性があるような気がします。(50代、一般内科) ほぼ対症療法のみですのでシーズンインしてからです。(20代、循環器内科)
1月	<ul style="list-style-type: none"> 初期治療として飛散開始（予報）の2-3週間前から服薬を始めています。(50代、一般内科) 発症1月前ぐらいのレーザー治療がベスト。(50代、耳鼻咽喉科) 1月から開始したほうが後々絶対に良い。(50代、一般内科)
前年12月以前	<ul style="list-style-type: none"> 一年中、抗ヒスタミン剤を飲んでます。(40代、一般内科) 通年性なので1年中薬服用しています。(50代、一般内科) ブタクサへの反応もあるので早めに始めています。(50代、精神科)
4月	<ul style="list-style-type: none"> 症状が出てから対症療法。(40代、心療内科) くしゃみが出ます。基本的に、かなりきつくなるまでは薬は飲みません。(30代、循環器内科) 北海道なのでシラカバの飛ぶ前に。(50代、一般内科)

【2】最も重要視している花粉除去対策は何か

回答	コメント
マスク	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクでかなりの花粉を防ぐことができます。(60代、放射線科) ・各人の症状に応じてと思いますが、基本はこれでかなり違うと思います。(50代、小児科) ・物理的なシャットアウトなので、実効性があると考えています。(30代、整形外科・スポーツ医学)
空気清浄機	<ul style="list-style-type: none"> ・極めて有効性が高く、また安全性が高い、副作用が少ない。経済効率がよく、高齢者にも安全性が高く、併用薬にも問題は少ない。(50代、循環器内科) ・空気清浄機を使うと目のかゆみが楽になります。(20代、一般内科) ・効果の程は不明ですが、5年くらい前より使用しています。(50代、産婦人科)
洗濯物を外干ししない	<ul style="list-style-type: none"> ・花粉を屋内に入れたい最低限の対策をしています。(50代、一般内科) ・いろいろ気を付けても、これをしてしまうと台無しですからね。(30代、精神科) ・外干ししないことがメインですが、マスクや空気清浄機も使う時期ですね。1つではなく、複合的に行わなければならないかと。(30代、膠原病科)
帰宅後、髪や衣類を払う	<ul style="list-style-type: none"> ・とにかく花粉の接触を避ける。それと体調管理が基本だと思います。(60代、一般内科) ・花粉を持ち込まないのが一番です。これ以外にも、外出時のマスクとゴーグル、空気清浄器の使用などを実践しています。(50代、健診・予防医学) ・家族のために外出から帰った際は、クリーナーで衣類を吸引します。(60代、麻酔科)
花粉対策メガネ・ゴーグル	<ul style="list-style-type: none"> ・眼鏡により、眼に入る花粉は半減させることができる。(40代、眼科) ・眼症状が最もつらいので、合理的と思います。(40代、麻酔科) ・内服薬で鼻汁は抑えられるのですが、目がかゆいので花粉用メガネを使用します。(50代、放射線科)
布団クリーナーを使う	<ul style="list-style-type: none"> ・リビング、寝室に置いて対応していますね。(40代、消化器外科) ・今年新たにクリーナーを購入した。(60代、リハビリテーション科) ・最近はいろいろと術がふえどれが最適か悩むようになりました。(30代、代謝・内分泌科)
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・私も家族も花粉症ではないので対策自体、行ってません。(30代、一般内科) ・帰宅後の洗顔のみです。(50代、一般内科) ・特に何もしないで内服薬のみで対処する。(50代、精神科)

【3】自身で行っている、もしくは花粉症の家族に勧める花粉症の治療法

回答	コメント
薬物療法	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的には抗ヒスタミン剤の内服。症状によってステロイドの点鼻の併用。重症の場合は手術療法も考慮。(40代、耳鼻咽喉科) ・抗ロイコトリエン薬が、有効性が高く、何より副作用が少なく使い易い。(50代、循環器内科) ・第二世代以降の抗ヒスタミン薬は眠気も少なく使いやすい。(60代、一般内科) ・花粉からの防御を第一にして、薬物治療は最低限にしています。(50代、一般内科) ・来年は舌下免疫療法をやってみたいです。(30代、精神科) ・点鼻のステロイドを使います。内服は眠くてだめです。(50代、一般内科) ・いろいろ試みたが、結局点鼻ステロイドが一番有効。(50代、脳神経外科) ・本格的な鼻閉になってしまった場合、一番効果があるのは血管収縮薬です。これがないと息もできません。もちろん、他の治療薬も併用しての話ですが。(30代、小児科) ・漢方薬でいけています。(50代、一般外科)
治療は何もしない	<ul style="list-style-type: none"> ・対症療法のみで様子を見ています。(40代、一般外科) ・軽症なので対策はしていません。(30代、麻酔科) ・できるだけマスクで対処しております。(40代、脳神経外科)
サプリメント	<ul style="list-style-type: none"> ・長期的な副作用を考えると、まずはサプリメントを考えます。(30代、呼吸器内科) ・乳酸菌系のサプリを内服していますが、内服してから、シーズン中に使用する抗ヒスタミン剤の回数が激減しました。自分にはあっていると思います。(50代、産婦人科)

	<ul style="list-style-type: none"> ・去年から腸内細菌叢改善目的でフルクトオリゴ糖内服を始めたらピタッと鼻詰まりがなくなった。腸内細菌が産生する短鎖脂肪酸による制御性T細胞活性化が原因か？と考えている（50代、腎臓内科・透析）
手術療法	<ul style="list-style-type: none"> ・年1回レーザー受けています。（40代、整形外科・スポーツ医学） ・手術は数年間は有効ですが、粘膜が再生してくると再発します。（50代、一般内科）
上記以外の その他	<ul style="list-style-type: none"> ・私の場合は眼の症状を抑えれば鼻炎まで進行しないので、先に点眼薬をもちいています。（30代、呼吸器内科） ・洗眼剤で目を洗うのと、鼻うがいをするくらいです。（50代、一般内科） <p>※その他、花粉症ではない、という回答が多数</p>

【記事掲載に際してのお願い】

- ・「医師専用サイト MedPeer 調べ」、であることの明記をお願い致します。
- ・web 上での引用に際しましては、<https://medpeer.jp> へのリンクをお願い致します。

【調査依頼について】

- ・MedPeer会員医師への調査をご希望の方は、下記問い合わせ先までご連絡ください。

メドピア株式会社について

- ・社 名 : メドピア株式会社 (<https://medpeer.co.jp>)
- ・代 表 者 : 代表取締役社長 石見 陽 (医師・医学博士)
- ・設 立 : 2004年12月
- ・運 営 サ ー ビ ス : 医師専用サイト「MedPeer (メドピア)」(<https://medpeer.jp>)

メドピア株式会社が運営する「MedPeer」は、医師専用の会員制サイトです (URL: <https://medpeer.jp>)。

主なコンテンツには、「薬剤評価掲示板 (薬剤のクチコミ共有)」、「Meet the Experts (エキスパート医師への直接相談)」、「インタラクティブ・ケース・カンファレンス (オンライン症例検討会)」、「ディスカッション (掲示板)」、「ホスピタル・レポート (勤務先・研修先の病院評価)」などがあり、「臨床の決め手がみつかるサイト」として、現在約 7.4 万人の医師 (日本の医師の約 4 人に 1 人) が利用しています。

お問い合わせ先

メドピア株式会社 管理部 藤野

電話 : 03-6447-7961 メール : pr@medpeer.co.jp