

2020年12月21日

株式会社南葛 SC

南葛 SC、「アスリートのための花粉症対策勉強会」を実施 —花粉症対策は、「3-3-4 システム」で考える—

講師：「耳鼻咽喉科 山西クリニック」 院長 山西敏朗先生

株式会社南葛 SC は、2020 年度、花粉症対策パートナーシップを締結するノバルティス ファーマ株式会社の協力を得て、12月15日（火）に「耳鼻咽喉科 山西クリニック」の山西敏朗院長をお迎えし、選手・スタッフを対象にした「アスリートにおける花粉症対策、パフォーマンスを高めるために」と題したオンライン勉強会を開催しました。

山西先生によるレクチャーを踏まえて、チーム内で日々の花粉症に対する意識を高め、最高のパフォーマンスで練習や試合に臨むことができるよう、取り組んでまいります。

■「花粉症の正しい知識の取得と医師による診察・適切な治療を」

山西先生からの講演では、わかりやすい言葉で、花粉症の基礎知識と治療のポイントについて解説をいただきました。花粉症の症状は風邪と何が違うのかといった基礎的な知識に始まり、来シーズンのスギ花粉の飛散時期・飛散量の予測、花粉症の症状が出た鼻の中はどのようになっているのかなど、様々なデータ・診断画像を用いていただき、選手・スタッフともに花粉症の実態を学ぶことができました。

サッカーをはじめとする屋外で活動することの多い競技に関わるアスリートが気をつけるべき日常の注意点といった身近なトピックスについても紹介されました。山西先生によると、「花粉の飛散判定に関わらずスギ花粉そのものは1月ごろから飛散が始まる」とのことで、「飛散が本格化し、症状が出始める前には適切な治療を開始すべき」との呼びかけを受けました。具体的な向き合い方として、“耳鼻咽喉科、専門医への相談と適切な治療”が重要である強調した上で、サッカーの陣形に例えると「3-3-4 システム」で対策を練ることができる、と解説されました。前線の「4」は内服薬・点眼薬・点鼻薬といった「投薬治療」、中盤の「3」は舌下免疫療法に代表される「免疫治療」、そして最終ラインの「3」はレーザー治療に代表される「手術治療」。専門医は一般的には患者の重症度と QOL とを考慮して、様々な治療法から患者に合わせた適切な治療方針を決定するのだそうです。

アスリートの花粉症対策として特に注意が必要であると強調されていたのが、一般市販薬（OTC 薬）に潜む「ドーピング問題への対応について」でした。「一般市販薬にはアンチドーピングガイドラインに抵触する禁止薬物が含まれる場合があり、服用することでドーピング違反になってしまうケースもあります。医師の適切な処方により、ガイドラインに即した薬を選ぶ必要があります」と山西先生は話されていました。加えて「鼻茸や鼻腔癌など花粉症とは異なる疾患が合併している場合もある」とのことで、「鼻

PressRelease

に違和感があったら、耳鼻科を受診して鼻の状態をチェックしてほしい」とも呼びかけられました。

勉強会の最後に、選手・スタッフに対して、山西先生からメッセージをいただきました。

「アスリートにとって体調管理は重要であり、特に屋外競技にとって花粉症は大敵です。花粉症は、アスリートのパフォーマンスに大きな影響を与えます。自覚症状のある人は、ぜひ耳鼻科を受診して花粉症かどうかのチェックと適切な治療をしてほしい。どんな症状がづらいのか、普段どんな仕事や生活をしているのか、すべて伝えていただければ、その人のライフスタイルに合わせた治療を行っていきます。花粉症と上手に向き合い、より高い次元のプレーを目指してチームの勝利に貢献してください」。



講師プロフィール



耳鼻咽喉科 山西クリニック 院長 山西敏朗（1965年 東京都生まれ）

青山学院高等部卒業、1988年 日本大学医学部入学、1994年 日本大学医学部卒業。

その後、東京大学医学部附属病院、社会保険中央総合病院（現東京山の手メデイカルセンター）、国立霞ヶ浦病院（現国立病院機構霞ヶ浦医療センター）、東京医科大学病院、厚生中央病院、板橋中央総合病院耳鼻咽喉科部長などを経て、2007年1月 耳鼻咽喉科 山西クリニック開設。