

なぜ上咽頭の炎症で様々な不調が起こるのか？

最新の免疫学から考える慢性上咽頭炎

1. 慢性上咽頭炎とは

上咽頭は体を守る「免疫の関所」

上咽頭は鼻の奥にある小さな組織ですが、空気とともに入ってくる細菌やウイルスと最初に接触する重要な場所です。この場所には多くの免疫細胞が集まっており、体内へ異物が侵入するのを防ぐ「免疫の関所」として働いています。健康な状態では、炎症を起こす仕組み(免疫のアクセル)と炎症を抑える仕組み(免疫のブレーキ)がバランスを保ちながら上咽頭を守っています。しかし何らかの原因で炎症が長期間続くと、このバランスが崩れ、本来は体を守る免疫反応が過剰に働くようになる可能性があります。

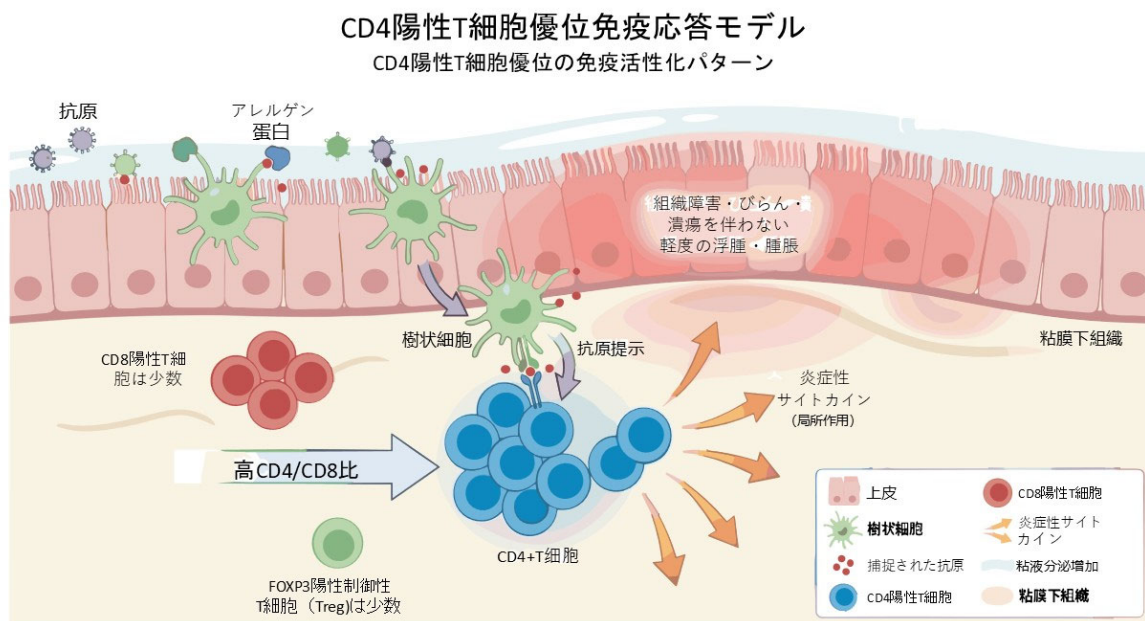
これが慢性上咽頭炎の本質ではないかと考えられています。

慢性上咽頭炎では何が起こるのか

私たちは、慢性上咽頭炎では免疫の状態が段階的に変化している可能性があると考えています。

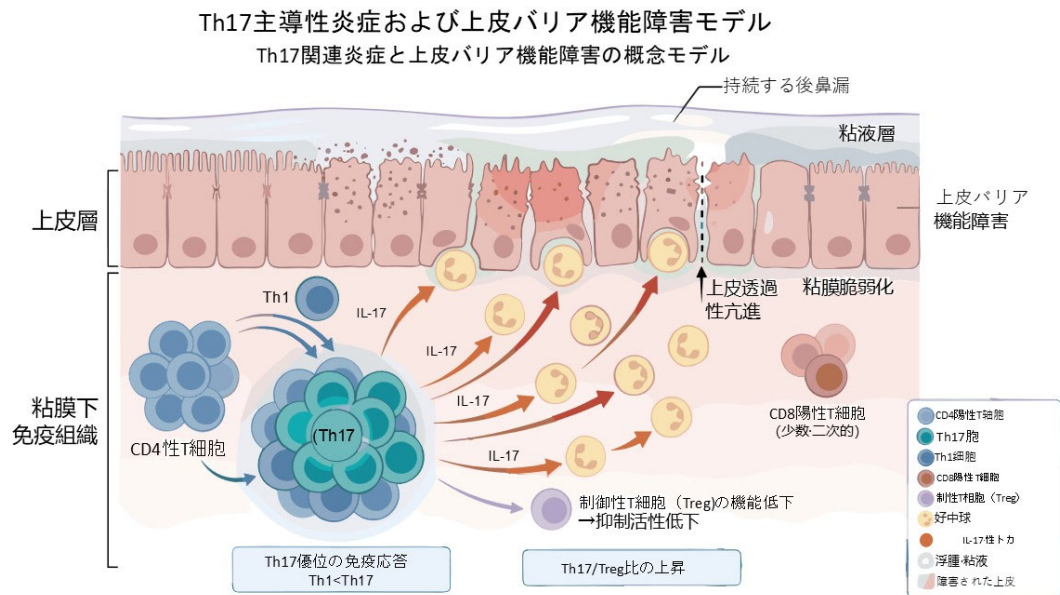
① 免疫が活性化する時期

上咽頭に炎症が起こると、まず免疫細胞が活発に働き始めます。



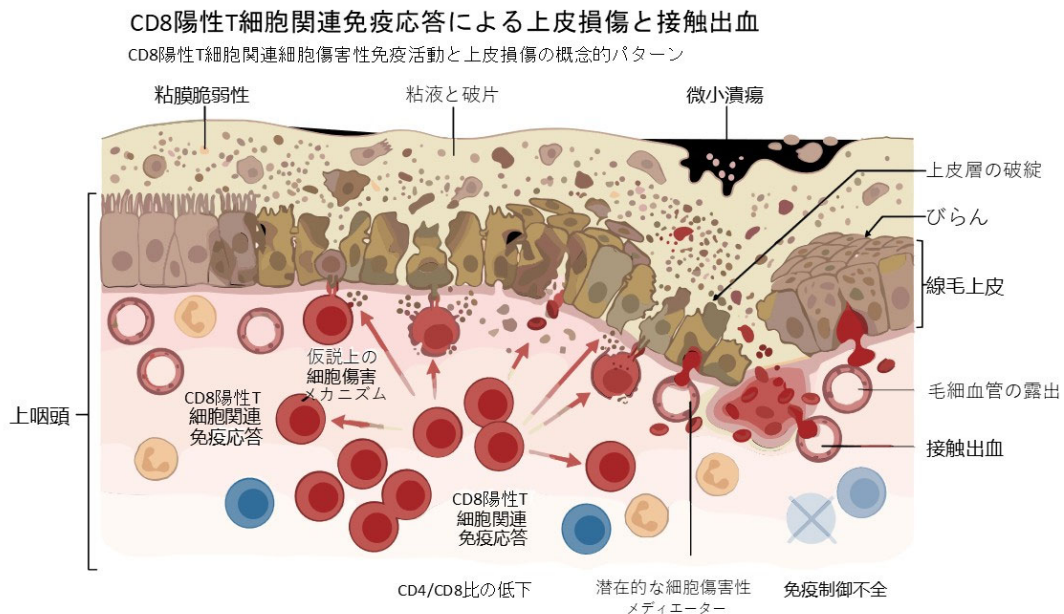
② 粘膜のバリアが弱くなる時期

炎症が長引くと、本来体を守る粘膜のバリア機能が低下し、炎症がさらに続きやすくなります。



③ 粘膜の傷みが進む時期

さらに炎症が続くと、免疫反応そのものが粘膜を傷つけるようになり、慢性化した状態になります。



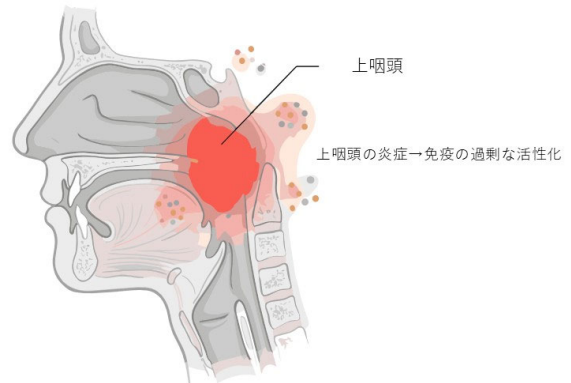
ただし、これらの変化が必ず順番に起こることは証明されておらず、実際には複数の段階が同時に存在している可能性もあります。

第2章 なぜ全身症状が起こるのか

上咽頭は「免疫と神経の接点」かもしれません

上咽頭は細菌やウイルスから体を守る免疫の働きが活発な場所です。また、多くの神経が集まっており、自律神経とも関係しています。私たちは、この特徴から上咽頭が「免疫と神経の接点」のような役割を担っているのではないかと考えています。慢性上咽頭炎では、この場所で炎症が長期間続くため、免疫細胞が繰り返し刺激を受け、炎症を引き起こす物質が作られ続ける可能性があります。

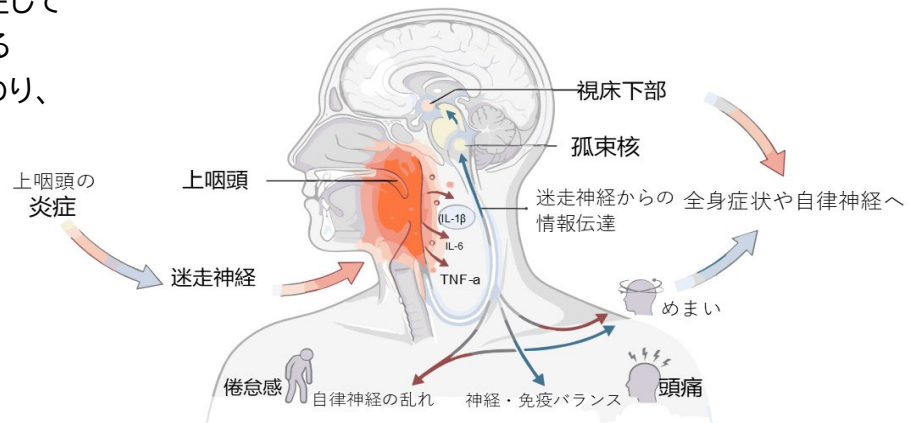
上咽頭で起こる免疫の活性化
上咽頭で免疫が過剰に働いている状態



上咽頭の炎症は全身にも影響する可能性があります

上咽頭から全身へつながる神経・免疫ネットワーク
上咽頭の炎症から脳・自律神経への影響

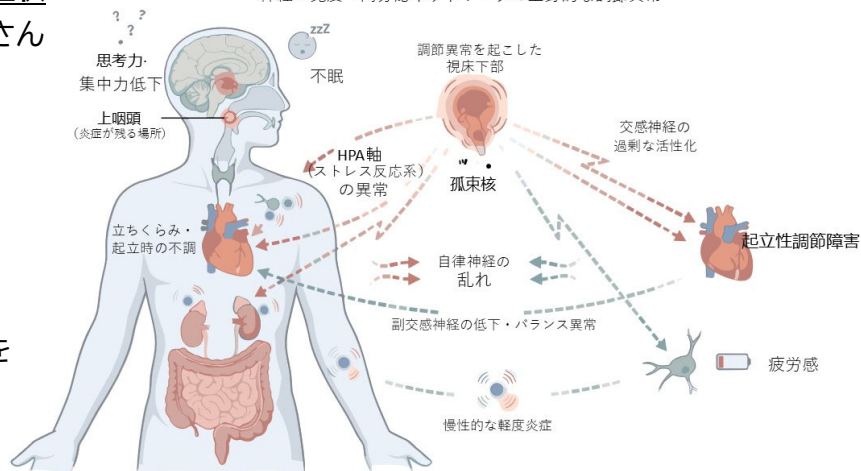
上咽頭には多くの神経が存在しています。そのため、炎症による刺激が神経を介して脳へ伝わり、自律神経の働きに影響を与える可能性が考えられています。ただし、この仕組みはまだ現時点では仮説です。今後の研究によってさらに明らかになることが期待されています。



慢性上咽頭炎と全身症状

慢性上咽頭炎の患者さんの中には、
・慢性的な疲労感
・頭重感
・集中力の低下
・睡眠の質の低下
・自律神経の乱れ
を思わせる症状などを訴える方がいます。

全身に広がる神経・免疫ネットワークの乱れ
神経・免疫・内分泌ネットワークの全身的な調節異常



これらの症状がすべて慢性上咽頭炎によって起こると証明されたわけではありません。しかし、上咽頭の慢性的な炎症が免疫や神経のネットワークに影響し、全身症状に関与している可能性が注目されています。

この章で伝えたいこと

上咽頭は単なる「鼻の奥の空間」ではなく、免疫と神経が関わる重要な場所である可能性があります。慢性上咽頭炎では、その炎症が長く続くことで局所だけでなく全身にも影響を及ぼす可能性があります。しかし、その詳しい仕組みについてはまだ研究段階であり、今後の検証が必要です。

第3章 EATは何を目指す治療なのか

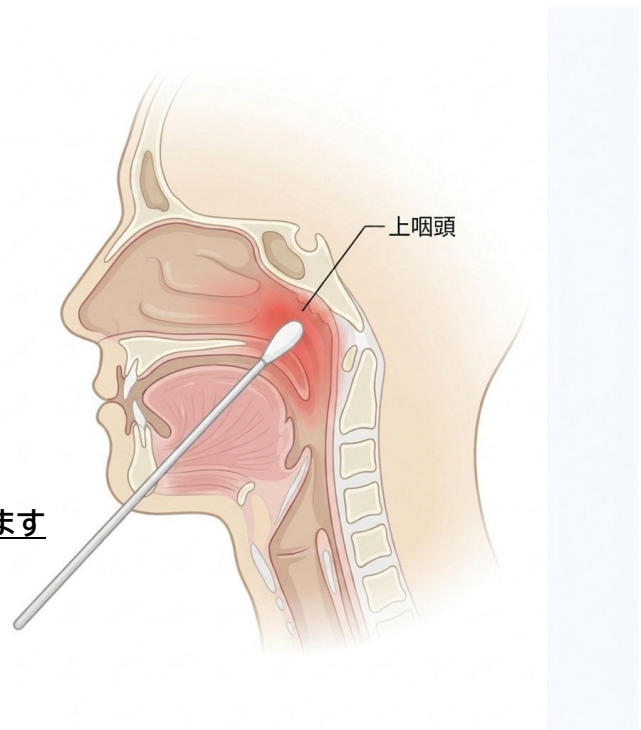
EATは上咽頭の炎症に直接アプローチする治療です

EAT(上咽頭擦過療法)は、炎症を起こしている上咽頭粘膜に塩化亜鉛を塗布した綿棒で擦過する治療です。

従来は、上咽頭の炎症を改善する局所治療として行われてきました。しかし近年では、炎症を抑えるだけでなく、上咽頭の免疫環境そのものに変化をもたらす可能性が注目されています。

慢性上咽頭炎では免疫バランスが崩れている可能性があります

私たちの研究では、慢性上咽頭炎の患者さんでは炎症を促進する免疫細胞(Th17)と、炎症を抑える免疫細胞(Treg)のバランスが乱れている可能性が示されました。わかりやすく言うと、健康な状態では「免疫のアクセル」と「免疫のブレーキ」が釣り合っています。しかし慢性上咽頭炎では、アクセルが強く踏まれ、ブレーキが十分に効いていない状態になっているかもしれません。



EATによって免疫バランスが整う可能性があります

上咽頭の炎症が改善すると過剰な免疫反応が落ち着き本来備わっている免疫のブレーキ機能が働きやすくなる可能性があります。その結果、「過剰な炎症が抑えられる」、「粘膜の傷の回復が促される」、「粘膜のバリア機能が改善する」、「正常な免疫バランスへ近づく」等の可能性があると考えられています。

この章で伝えたいこと

EAT は単に鼻の奥の炎症を治療するだけでなく、
乱れた免疫バランスを整える治療である可能性があります。
もちろん、その詳しい仕組みについてはまだ研究段階であり、
今後さらに検証が必要です。

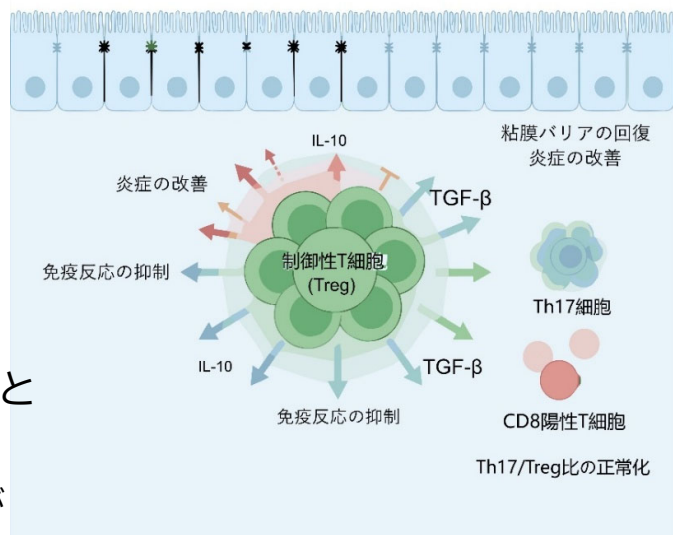
第 4 章 患者さんへ伝えたいこと

上咽頭は、鼻の奥にある小さな組織ですが免疫や自律神経と深く関わる重要な場所である可能性があります。近年の研究によって慢性上咽頭炎は単なる「鼻やのどの炎症」ではなく、体全体の状態とも関係している可能性が少しずつ明らかになってきました。私たちの研究では、慢性上咽頭炎の患者さんにおいて、炎症を促進する働きと炎症を抑える働きのバランスが乱れている可能性が示されています。

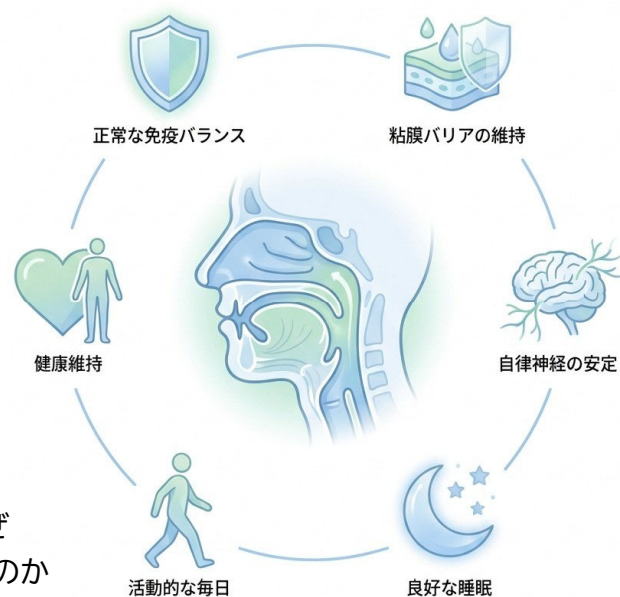
EAT(上咽頭擦過療法)は、この炎症を改善し、乱れた免疫バランスを正常な状態へ近づける可能性がある治療です。しかし、その詳しい仕組みについてはまだ研究段階であり、すべてが解明されているわけではありません。

慢性上咽頭炎の研究は現在も進歩を続けています。今後の研究によって、この病気がなぜ起こるのか、なぜさまざまな症状と関係するのかそしてどのような治療が最も効果的なのか、さらに明らかになることが期待されています。私たちは、研究と診療の両方を通じて、慢性上咽頭炎に悩む患者さんのお役に立てるよう努めています。

免疫のブレーキが働き炎症が落ち着く状態
粘膜の健康を取り戻す免疫調節反応のイメージ



健康な上咽頭が支える全身の健康



上咽頭は単なる鼻の奥の空間ではありません。
免疫・自律神経・全身の健康を支える重要な場所である可能性があります。

この冊子が、ご自身の症状や治療について理解を深める一助となれば幸いです。茂木立学