

## 花粉症とお薬について

講師：薬剤師

### 花粉症とは

スギなどの花粉（抗原）が原因となって起こるアレルギー疾患のひとつ。季節性アレルギー性鼻炎ともいう。スギ花粉症：冬の終わりから春にかけて、毎年、くしゃみ・鼻みず・鼻づまりなどの症状で多くの人を悩ませている。他にも日本では、ヒノキ、イネ、ブタクサ、ヨモギなど約 50 種類の植物が花粉症を引き起こすとされている。



### 花粉症の症状

・鼻の三大症状 ①くしゃみ：花粉などの異物を体の外に出そうとしている。アレルギー性鼻炎の場合は、続けて何回も起こるのが特徴。②鼻水：花粉などの異物を洗い流そうとしている。

花粉症の場合、透明でさらさらしているのが特徴。③鼻づまり（鼻閉）：鼻の粘膜が腫れて、鼻の通り道が狭くなることで起こる。見逃しやすいが、鼻づまりが原因で以下の症状が起こることもある（口呼吸するので口渇、喉の乾燥で咳、鼻詰まりで味覚障害、鼻詰まりで苦しく不眠、集中力低下、イライラする）

・目の三大症状 ①目のかゆみ ②充血 ③涙が出る

・他の目の症状：目の腫れ、目やに、コロコロする、目がかすむ、まぶしい、目が痛い



### 花粉症の治療

花粉が飛散する前、もしくは症状が軽いときから始める初期療法をすると、症状が出るのを遅らせたり、軽くする可能性がある。症状が出たら、症状に合わせて治療薬を処方してもらおう。

【くしゃみ・鼻水タイプ】（鼻詰まりにもある程度効果あり）

第一世代抗ヒスタミン薬、第二世代抗ヒスタミン薬

…アレルギーの原因となるヒスタミンをブロック。副作用で有名なのは眠気。近年、眠気がほとんどないタイプの薬も発売されている。

【鼻詰まりタイプ】（くしゃみ、鼻水にもある程度効果あり）

抗ロイコトリエン薬、抗プロスタグランジン D2・トロンボキササン A2 薬、第二世代抗ヒスタミン・血管収縮配合剤

…アレルギーの原因となるロイコトリエンやプロスタグランジンなどをブロックする。

点鼻薬：血管収縮剤…鼻詰まりだけに聞く。使用前は鼻をかんでおく。使いすぎによる薬剤性鼻炎に注意。

【すべての症状があるタイプ】

Th2 サイトカイン阻害薬、ケミカルメディエーター遊離抑制薬、ステロイド点鼻薬、ステロイド内服薬。

【目の症状があるタイプ】

抗アレルギー点眼薬が第一選択薬。症状がひどい場合はステロイド点眼薬の使用も。

点眼薬を 2 種類以上使用するときは、5 分間隔をあけること。

## 【アレルギー免疫療法】

### 「シダトレンスギ花粉舌下液」

スギ花粉を原料としたエキスで、少量から服用することによって体を慣らし、スギ花粉によるアレルギー症状（スギ花粉症症状）を和らげる。

※服用開始前に、スギ花粉症の確定診断が必要。

※アレルギー症状の有無にかかわらず、毎日、数年間にわたり継続して服用する。



### ＜シダトレンの使用法＞

- 1日1回、長期間継続服用。
- 舌の下に薬液を入れたまま2分間保持した後に飲み込む。
- 2週間は徐々に増量し、その後は決まった量を服用。
- 副作用に対する注意が必要。異常が認められた場合は、直ちに医療機関を受診。
- 冷蔵庫で保管。
- 他の人に使用させてはいけません。
- 自己判断で服用を中止・再開しない！

～当院では、内科の森先生だけが処方可能です～

### 薬以外の対策

- 天気予報などで、花粉飛散情報をチェックする。
  - 外出するときは、マスク、眼鏡、帽子、スカーフなど身に着ける。さらさらした素材の服で花粉が付くにくくする。
  - 家に帰ってきたら、家に入る前に服などについた花粉をはらう
  - 手洗い、うがいをする。
  - ドアや窓を閉める。
  - 外に布団を干さない。
  - 掃除をこまめに行う。
  - 空気清浄機を使用する。
- などなど…

