

薬の伝言板 ～花粉症～



No. 244 2018年3月
丸子中央病院 薬局

花粉飛散シーズンがやってきました。花粉症対策、万全ですか？
今年の花粉予測と花粉症対策をまとめました。



花粉症とは

スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水などのアレルギーを起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎ともいわれ、原因となる花粉の飛ぶ季節だけに症状が出ます。

症状

鼻の症状：くしゃみ・鼻水・鼻づまりなど

目の症状：かゆみ・涙・充血など

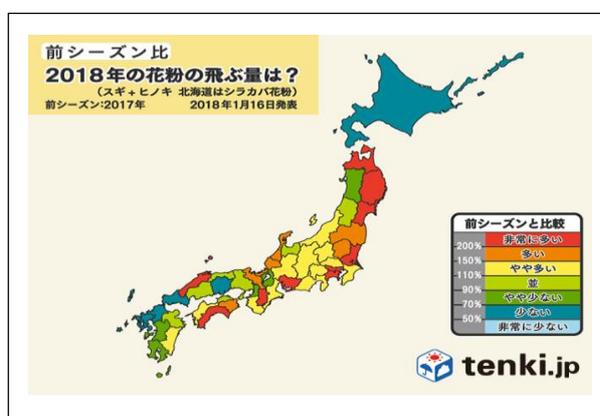
その他：のどのかゆみ・皮膚のかゆみ・熱っぽい感じなど



メカニズム

- ① 体に“花粉”という異物（アレルギー）が侵入すると、それを排除するために「IgE抗体」という抗体が作られます。
- ② 抗体ができた後に再び花粉が体内に入ると、鼻や目の粘膜にある肥満細胞の表面にある抗体と花粉が結合します。
- ③ その結果、肥満細胞から化学物質（ヒスタミンなど）が分泌され、花粉をできる限り体外に放り出そうとし、くしゃみで吹き飛ばす、鼻水・涙で洗い流す、鼻づまりで中に入れないよう防御するなどの症状が出てくるのです。

2018年の飛散量予想 (日本気象協会 HP より)



治療薬

花粉が飛び始める前、症状が軽いうちに治療を始めることで、症状が出るのを遅らせたり、症状を軽くしたり出来る可能性があります。

【内服薬】

抗ヒスタミン薬	フェキソフェナジン(アレグラ)錠 エピナスチン(アレジオン)錠 オロパタジン(アレロック)錠 タリオン錠、ビラノア錠、デザレックス錠など
抗ロイコトリエン薬	プラナルカスト(オノン)カプセル モンテルカスト(シングレア)錠 など
抗ヒスタミン薬・ステロイド配合薬	セレスタミン配合錠
抗ヒスタミン薬・血管収縮薬配合薬	ディレグラ配合錠

【外用薬】

	点鼻薬	点眼液
ステロイド薬	スカイロン(フルナーゼ)点鼻液 アラミスト点鼻液 など	オドメール(フルメトロン)点眼液 リンデロン点眼液 など
抗ヒスタミン薬		パタノール点眼液 など
ケミカルメディエーター遊離抑制薬	ミタヤク(インタール)点鼻液 など	リザベン点眼液 など
血管収縮薬	トラマゾリン点鼻液 など	

花粉症対策

- 花粉情報をチェック
- 花粉が多いときは外出を控えめに
- 外出時はマスク・めがね等を使用
- 帰宅時は玄関の外で花粉を払ってから入る
- ドア・窓を閉める
- 掃除はこまめに
- 布団を外に干さない
- 空気清浄機を使用する

花粉症シーズンは忙しくてなかなか病院へ行けない方もいると思いますが、花粉症は集中力を低下させるなど、勉強・仕事・家事などに支障を来します。しっかり症状を抑えて、日常生活に影響を及ぼさないようにしましょう。

