



薬の伝言板 ～アレルギー性鼻炎～

No.268 2020年3月

丸子中央病院 薬局

アレルギー性鼻炎は、1日に何度も繰り返すくしゃみと、水のように流れる鼻水、鼻づまりが特徴です。空気中に浮遊する花粉やハウスダストなどの原因物質「アレルゲン」を吸い込み、その成分が鼻の粘膜から体内に入ることによって起こります。

季節性アレルギー性鼻炎：一定の季節に限って起こる。

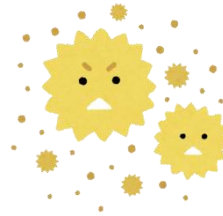
主にスギ、ヒノキ、ブタクサ等の花粉が原因。

通年性アレルギー性鼻炎：年間を通して起こる。

主にハウスダスト(大部分がダニ)、ペット等が原因。



くしゃみ・鼻水・鼻づまりは、アレルゲンを体の外に追い出す、一種の**防御反応**として起こっていると考えられます。

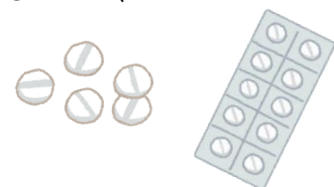


● アレルギー性鼻炎に使われる薬

～内服薬～

分類	特徴	治療薬
抗ヒスタミン薬	鼻炎症状を引き起こすヒスタミンの働きを抑える。 眠気や口の渇きの副作用があることがある。車を運転する場合は注意!!	アレグラ(フェキソフェナジン) アレジオン(エピナスチン) クラリチン(ロラタジン) タリオン(ベポタスチン) など
抗ロイコトリエン薬	鼻づまり型に推奨される。	シングレア(モンテルカスト) オノン(プラナルカスト) など
ケミカルメディエーター遊離抑制薬	アレルギー症状を引き起こす物質(ケミカルメディエーター)の発生を抑える。	リザベン(トラニラスト)
ステロイド薬 +抗ヒスタミン薬	アレルギー症状や炎症を抑える。	セレスタミン
漢方薬	鼻水や鼻づまりに効果的。体質や症状によって使い分けられる。	小青竜湯 麻黄附子細辛湯 など

花粉によるアレルギー性鼻炎では、花粉飛散開始前から薬を飲み始めることで、症状を軽くすることができるといわれています。



～点鼻薬～ 点鼻薬は重症度に応じて内服薬と併用されることが多いです。

分類	特徴	治療薬
ステロイド点鼻薬	鼻づまり・鼻水・くしゃみに効果的。 作用は持続的で、花粉飛散シーズン中継続 使用できる。	アラミスト ナゾネックス フルコート
血管収縮点鼻薬	鼻づまりに効果的。 作用は一時的のため、基本的に症状がつら い時のみ使用する。	トラマゾリン

● 舌下免疫療法とは？

アレルゲンを含む治療薬を舌の下から少量ずつ投与することで、体をアレルゲンに慣らし体質改善をしていく治療法です。アレルギー症状を完全に症状が抑えられない場合でも、アレルギー治療薬の使用量を減らすことが期待できます。少量の治療薬から服用を始め、その後決められた一定量を1日1回、3～5年間服用します。安全のため、初めての服用は医師の監督のもと医療機関で行われます

スギ花粉症とダニアレルギー性鼻炎にのみ適応があります。



舌下免疫療法をできる医療機関は限定されています。
ご希望の方はまず問い合わせましょう。

● アレルギー性鼻炎はどう対策したらいいの？

アレルゲンの除去と回避を心がけましょう。

季節性アレルギー鼻炎の場合

- ・花粉情報に注意し、飛散の多い時期はできるだけ外出を控える。
- ・外気を入れないように窓や戸を閉める。
- ・外出時には、花粉防御用のマスクや眼鏡を使う。

帰宅時は衣服や髪から花粉を払い落とす。手洗い・うがい・洗顔をし、鼻もかむ。



通年性アレルギーの場合

- ⇒ 部屋を掃除し清潔にする。
- ・ソファ、カーペットなどの敷物や畳はダニが生息しやすいため、フローリングにする。
- ・部屋の湿度は50%、室温は20～25℃に保つ。

ストレス、疲れはアレルギー症状悪化させます。
十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけましょう。
アレルギー性鼻炎でお困りの方は医療機関へご相談ください。