あすなろ武川薬局だより

2010/03

はじめよう！花粉症治療

花粉症の症状は…

鼻風邪に似ていて、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目・鼻のかゆみが４大症状です。
ほかに、のどや耳、皮膚、消化器の症状、倦怠感がでることもあります。

花粉症対策の基本は…

①医療機関を受診して自分に合った治療を受けること
②花粉に触れる機会を減らすセルフケアを実施すること　　です。

●医療機関で受けられる花粉症治療

お薬による治療

症状や重症度によって適した治療薬が異なります。
症状が強い方では、２種類以上が処方されることもありますが、症状がやわらげば、薬の種類や量を徐々に減らしていきます。

比較的症状の軽い方	第２世代抗ﾋｽﾀﾐﾝ薬	もしくは	鼻噴霧用ｽﾃﾛｲﾄﾞ薬		
くしゃみや鼻水の症状が強い方	第２世代抗ﾋｽﾀﾐﾝ薬	＋	鼻噴霧用ｽﾃﾛｲﾄﾞ薬		
鼻づまりの症状の強い方	第２世代抗ﾋｽﾀﾐﾝ薬	＋	鼻噴霧用ｽﾃﾛｲﾄﾞ薬	＋	抗ﾛｲｺﾄﾘｴﾝ薬

症状に応じて、抗ﾋｽﾀﾐﾝ点眼薬、ｹﾐｶﾙﾒﾃﾞｨｴｰﾀｰ遊離抑制薬、点鼻用血管収縮薬、経口ｽﾃﾛｲﾄﾞ薬などが追加されることもあります。

※薬の効果や副作用の出方には、個人差があります。
必ず医師、薬剤師の指示どおりに服用しましょう。

おもな治療薬

第２世代抗ヒスタミン薬
第１世代抗ヒスタミン薬で起こる眠気・口の渇き等の副作用が少ないとされている。
クラリチン、セチリジン、ジルテックなど

鼻噴霧用ステロイド薬
くしゃみ、鼻水、鼻づまりのすべての症状に効果があり、全身性の副作用はほとんどない。
フルチカゾン点鼻液など

抗ロイコトリエン薬
抗ヒスタミン薬での効果が弱い、鼻づまりに対して効果が高い。眠気などの副作用はない。
プランルカスト、キプレス錠など

＊ 前立腺肥大症や緑内障の方は、花粉症の治療薬で症状が悪化することがあります。また、妊娠中・授乳中の方は、使用できない薬もありますので、必ず医師・薬剤師に相談して下さい。
＊ 花粉症を悪化させないために、症状が軽くなっても途中で服用をやめてしまわず、医師・薬剤師の指示どおり、シーズンが終わるまで継続的に服用しましょう。

お薬以外の治療

●減感作療法
花粉症の症状を引き起こす原因物質（アレルゲン）を、数年間にわたり少しずつ注射し、アレルゲンに対する反応性をやわらげていく治療法

●手術療法（レーザー治療など）
レーザーや薬剤などで、鼻の中の粘膜を焼いて縮小させ、症状を出にくくさせる治療法

●セルフケア（日常生活での注意点）

外出をするときは

- マスク、めがね、帽子をかぶりましょう。マスクは顔にフィットする物を選びましょう。
  また、ガーゼより不織布の方が、花粉を除去できます。
- 花粉の飛散量が多い日（晴れて気温が高い日、風が強い日）や時間帯（日中 12 時頃、夕方 6 時頃）は外出を控えましょう。

花粉を部屋にもちこまない

- 帰宅したら、髪や肌・衣服についた花粉をよく払い、うがい、手洗いをしましょう。
- 花粉が多い日には、布団や洗濯物を外に干すのはできるだけ避け、外に干した場合はよくはたいてから取りこみましょう。

参考文献：Pharma Tribune 2010/01 月号

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。
（お薬によっては時間がかかることがあります）あすなろ武川薬局
TEL　0551－26－3800　　FAX　0551－26－3810