

薬局だより

白庭病院
2017年2月

今回は花粉症の症状と薬の種類についてお話しします。



<花粉症とは？>

現在の日本人は 4人に1人は花粉症 になっていると言われています。

花粉症は植物の花粉が原因となるアレルギーの1種です。本来無害な花粉に対してヒト免疫が過敏に反応してしまうため、アレルギー症状として現れます。

花粉症は遺伝が原因となることもあります。近年では大気汚染や添加物などの影響で、アレルギーによる過敏性が増して花粉症になる人が増えています。

つまり、**遺伝的要素の低い方でも突然、花粉症になることがあります！！**

((豆知識))

日本人が悩まされているスギ花粉症は、高度経済成長期に植林されたスギが原因だった！？

スギは成長が速いため高度経済成長期に木材として大量植林されました。その後、外国木材の需要が増えたため、スギの人工林の手入れがされず放置されました。それにより花粉の飛散が増えてしまい、花粉症が国民病になったと言われています。

<天候による花粉の影響>

花粉は天候に大きく影響を受けて、飛散する量が増減します。

花粉が飛散しやすい天候として主に下記の天候があります。

- ・ 天気が晴れ、または曇りで風の強い日
- ・ 最高気温が高い日
- ・ 空気が乾燥している日
- ・ 前日が雨の日



これらの天候の時は外出を控えたり、外出時にはマスク、帽子、メガネなどを着用して予防しましょう。

外出先から帰宅した時は忘れずに 玄関の外で衣服に付着している花粉を払い、家の中に入れないようにしましょう。帰宅後の洗顔やうがいも有効です。

<花粉症の症状>

- ・ 眼に現れる症状：かゆみ、なみだ目、結膜の充血など
- ・ 鼻に現れる症状：水のように無色でサラサラと流れるような鼻水、鼻づまり
- ・ 全身に現れる症状：食欲減退、頭重感、全身倦怠感など

花粉症の治療薬



【抗アレルギー薬】 ※アレグラ、アレジオン、ジレック、ザイガル、ビラリアなど

花粉症の症状が出る前に予防的に用いられ、副作用の少ない薬が多いのが特徴です。

効果として、**花粉によるアレルギー物質（ヒスタミンなど）の生成抑制作用、アレルギー症状の原因となるヒスタミンの作用を抑える効果**があります。

アレルギー物質の生成抑制作用を効果的に発揮させるためにも、花粉が飛散する2週間ほど前から服用することが重要です。飛散前から服用することでアレルギー物質の生成を抑えて症状を軽くすることができます。

薬の種類によっては副作用として**眠気**が現れることがあります。眠気が現れやすい薬を服用されるときは、**車の運転や機械の操作には注意をして下さい！！**

【抗ロイコトリエン拮抗薬】 ※オノン、キプレスなど

鼻粘膜の血管を拡張させて鼻粘膜の腫れを抑える効果があります。鼻づまりに効果的ですが、即効性はないため抗アレルギー薬と組み合わせて使用することが多いです。

【ステロイド薬】 ※フルネゼ、アラミスト、セスタシ、プレドニンなど

ステロイドとは、人体の副腎皮質で分泌されているホルモンを人工的に作り出した薬剤です。花粉症の症状全般に効果がありますが、長い間飲み続けたり、他の病気でステロイドを使用している場合は副作用（糖尿病、骨粗鬆症、副腎機能障害など）が強く現れることがあります。

ステロイドの点鼻薬は薬が全身にほとんど吸収されないため、副作用は少なく比較的安全に使用できます。効果は即効性ではなく、1日～数日必要となりますので、継続して点鼻することが重要となります。



【血管収縮剤】 ※コルタジン、トラゾリン

鼻づまりに血管収縮剤の点鼻薬は即効性がありますが、頻回に使用しない事が望ましいです。

効果が速く現れますが、一時的なもので長期間頻回に使用すると鼻の粘膜が厚く腫れあがったような状態（薬剤性鼻炎）となり点鼻薬が効きにくくなります。

必要な時に適正に使用しましょう。