

花粉症の薬について

薬剤師 寺岡 豊

花粉症とは、花粉が飛ぶ季節になると始まる、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因で生じる、アレルギー症状を「花粉症」とよび、医学用語では、「季節性アレルギー性鼻炎」ともいい、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状があります。

花粉症は花粉が飛んでいる間、症状がみられますが、花粉が飛び始める前から予防的に薬を内服することによって、花粉シーズン中のアレルギー症状を軽減することができます、このように前もって治療を行うことを初期療法といいます。

初期療法のメリットとしては

- 症状が出始めるのが遅くなる
- 症状の強さが抑えられる
- 内服薬や点鼻薬、点眼薬などのお薬の量を減らすことができる

現在、花粉症の治療には薬物療法、アレルギー免疫療法、手術療法がありますが、治療の中心となるのは、飲み薬、点鼻薬、点眼薬による薬物療法です。

今回は主な薬物療法について詳しく説明していきます。

内服薬

①第2世代抗ヒスタミン薬

ヒスタミンによる神経反射を介して、くしゃみ、鼻水産生が起きるため、抗ヒスタミン薬は薬物療法のなかでも、中心的な役割を担うお薬です。

第1世代抗ヒスタミン薬と比較し、眠気や口が渇くなどの副作用が軽減されており、くしゃみ、鼻水だけではなく、鼻づまりにも効果があるものがあります。

様々なお薬がありますが、眠気や自動車運転などへの影響、服用方法(1日1～2回)などで、個々のライフスタイルに合わせたお薬を選択できます。

②抗ロイコトリエン薬

ロイコトリエンも、ヒスタミンと同じように、アレルギー反応を起こす化学物質であり、鼻粘膜の腫れや炎症起こすため、これらを改善するお薬となります。

主に鼻づまりの症状に使用されます。眠くなる成分は含まれていませんが、効果発現は内服開始後1週間ほどかかります。



外用薬

①鼻噴霧用ステロイド薬

鼻粘膜に直接噴霧する薬で、くしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状に使用されます。

効果があらわれるのが比較的早く(約1～2日)、連日の使用で効果が長持ちします。ステロイド薬としての副作用はほとんどありません。

②点鼻用血管収縮薬

鼻粘膜に直接噴霧する薬で、鼻づまりに効果があります。使いすぎるとかえって鼻づまりが強くなることがあるため、どうしても必要な時だけ使用します。

③点眼薬

目の症状に困っている場合は、点眼用の「抗ヒスタミン薬」「化学伝達物質遊離抑制薬」「ステロイド薬」などが使われます。

生物学的製剤(抗体療法)

花粉のIgE抗体とマスト細胞がくっつくのを邪魔することで、アレルギー反応を元から抑えます。

最近「季節性アレルギー性鼻炎」として適応が追加となり、既存の治療では効果が不十分であった重症な方への効果が見込まれます。

花粉症の治療薬には、さまざまな種類がありますので、医師や薬剤師に相談し、自分に合ったお薬を見つけましょう。

近年、**OTC医薬品***としても、医療用医薬品として用いられている成分を転用(スイッチ)した「スイッチOTC医薬品」の品目数も増えています。OTC医薬品を購入する際には、お薬手帳を持参し、薬剤師に相談しながら、自分に合ったものをご購入してください。

***OTC医薬品** ドラッグストアや薬局などで処方箋なしに購入できる医薬品

花粉症には早めの対策に加えてご自身で行うセルフケアも有効です。あなたのライフスタイルに合わせた対策を始めましょう。

セルフケア

- 花粉情報に注意する
- 外出時にはメガネとマスク、帽子の着用など
- 花粉がつきにくい服装を選ぶ
- 帰宅時には玄関前で衣類や髪についた花粉をよく払い落とし、うがい、洗顔、鼻をかく
- 花粉が多い時は窓をしめておく