

春になると花粉の飛散が始まります。花粉症(アレルギー性鼻炎)に悩んでいる方にとっては嫌な季節ですが、お薬を上手に使って症状をできるだけ軽くする事ができます。花粉症の三大症状は「くしゃみ」「鼻水」「鼻詰まり」です。これは体内に侵入した花粉を人の体が異物と認識し排除しようとする免疫反応の一種ですが、この反応が過剰に働いた結果起こります。一度体が花粉を異物と認識すると花粉に対する抗体が作られます。再び体内に花粉が侵入した時、抗体が花粉と結合し、肥満細胞からヒスタミンやロイコトリエンという物質が分泌されます。ヒスタミンがくしゃみや鼻水、かゆみ、ロイコトリエンが鼻詰まりを引き起こします。花粉症の治療薬はヒスタミンやロイコトリエンに拮抗する薬が使われます。

花粉症対策の基本は、体内に花粉を取り込まない事です。外出時にマスクや眼鏡を着用し、皮膚からも花粉が吸収されると言われていますので肌を露出しないようにしま

つらい花粉症の悩みを軽く

しよう。外出後、うがいや手洗いも行いましょう。

次に薬物療法です。初期療法は、花粉が飛散する約2週間前からアレルギー薬の服用を開始する事が良いと言われています。最近では、医師に処方してもらわなければならなかったお薬が、市販薬としても認可されましたので、セルフメディケーションができるようになります。

主なものは、ヒスタミンをブロックする抗ヒスタミン薬です。即効性があり鼻水を止める効果に優れた第一世代と、眠気やのどの渇きなどの副作用が少ない第二世代に分類されます。購入する際の留意点として①喘息や蕁麻疹など他にもアレルギー症状が重なっている方、②原因がアレルギー性鼻炎か風邪か分からない方(感染症の疑いがある方)、③点鼻薬を使用すると逆にひどくなる方(血管収縮剤の使い過ぎが疑われる方)などは自己判断でなく医師や薬剤師に遠慮無くご相談下さい。

くすりと健康のはなし

葉包紙

第94回



一般社団法人岐阜県薬剤師会
理事 山崎 崇