

アレルギー性鼻炎



アレルギー性鼻炎とは？¹⁾

アレルギー性鼻炎は、その名の通り、鼻の粘膜がアレルギー反応を起こすことによる鼻炎です。主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりです。

アレルギー性鼻炎には、ある特定の季節だけに症状が出るもの(季節性アレルギー性鼻炎)と、季節に関係ないもの(通年性アレルギー性鼻炎)があります。季節性の多くは花粉症で、通年性の多くは、ダニやハウスダスト、動物の毛などによるものです。

季節性アレルギー性鼻炎(花粉症)の例¹⁾

時期	アレルギーの原因となるもの
早春	スギ科(スギ)、ヒノキ科(ヒノキ、サクラ)
初夏～初秋	イネ科(カモガヤ、オオアワガエリ、ナガハグサ)
夏～晩秋	キク科(ブタクサ、ヨモギ)、クワ科(カナムグラ)

アレルギー反応とは？

アレルギー反応とは、体に入ってきた「異物」を排除しようとする「免疫(めんえき)」が過剰に働くことで起こります。免疫はウイルスや細菌などを退治するために、体になくなくてはならないしくみです。しかし、この反応が過剰に働いてしま

うと、さまざまな不都合な症状が出ます。それがアレルギーです。

アレルギー性鼻炎は、花粉やハウスダスト、カビ、動物の毛などに、体の免疫が過剰に反応して起こります。



アレルギー性鼻炎の治療

1 原因となるものを遠ざける

まずは、アレルギーの原因をつきとめ、原因となる物質をなるべく避けることが必要です。

花粉を遠ざけるには	<ul style="list-style-type: none"> テレビやインターネットなどで花粉飛散量を調べ、飛び量が多い時の外出をなるべく避ける。(雨上がりの晴れた日、風の強い日などは多くなる傾向がある) マスクやメガネで花粉をガードする。 衣類や髪などについた花粉を、室内に持ち込まない。(帰宅時には、玄関先で花粉をはらう。洗濯物は、花粉をはたき落としてからとりこむ。花粉が多い時期は外に干さない)
ハウスダストを遠ざけるには	<ul style="list-style-type: none"> 室内のほこりは、きれいに掃除しておく。 布団や毛布はよく日に干して掃除機をかけ、表面に付着したダニやその死骸・フンなども吸い取る。枕カバーやシーツの洗濯もこまめに。 ほこりがたまったり、ダニがつきやすいカーペットやぬいぐるみは、なるべく避ける。 ダニやカビが繁殖しやすい高温多湿にならないように、こまめに換気をする。 室内でペットを飼う場合は、こまめな掃除をする。(動物の毛は、それ自身がアレルギーの原因になるだけでなく、ダニのエサにもなるので注意)

文献2をもとに作成

2 薬による治療

アレルギー性鼻炎では、アレルギーの原因となる物質が鼻に侵入すると、アレルギー反応が起こり、「ヒスタミン」や「ロイコトリエン」「トロンボキサンA2」などのアレルギーに関わる物質が放出され、その結果、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状が出ます。したがって、治療は、それらの物質の働きを抑える薬が主に使われます。

■ アレルギー性鼻炎の薬

薬の種類	はたらき	症状	主な薬		
			飲み薬	点鼻薬	点眼薬
抗ヒスタミン薬	ヒスタミンの働きを邪魔する。	くしゃみ・鼻水に	ザジテン、アレジオン、エバステル、ジルテック、ザイザル、アレグラ、アレロック、クラリチン	ザジテン、リボスチン	ザジテン、リボスチン、パタノール、アレジオン
抗アレルギー薬	アレルギーに関わる様々な物質が作られたり働いたりするのを抑える。	鼻づまりに	リザベン、アレギサル、ペミラストン	インタール、ソルファ	インタール、リザベン、アレギサル
	ロイコトリエンの働きを邪魔する。		オノン、キプレス、シングレア		
	トロンボキサンA2などの働きを邪魔する。		バイナス		
	アレルギー反応を活発にする物質の働きを抑える。		アイピーディ		
ステロイド	炎症を抑える。	両方	プレドニン、セlestamin	フルナーゼ、ナゾネックス、アラミスト	フルメトロン

「抗アレルギー薬」は早めの使用が効果的です。花粉が飛び出す2週間くらい前からはじめる方法もあります。早めに開始することで、シーズン中の症状を軽くします。毎年、花粉症に悩まされている方は早めに受診するとよいでしょう。薬によっても差があり、また個人差もありますが、「抗ヒスタミン薬」は眠くなったり、注意力が散漫になったりする場合がありますので、車の運転等は十分注意してください。



■ 鼻炎に使われる主な漢方薬³⁾

小青竜湯(ショウセイリユウトウ)	くしゃみ、鼻水、鼻づまりに。特に鼻水の多い急性期に。
葛根湯加川きゅう辛夷(カッコントウカセンキュウシンイ)	鼻水(やや粘性のある)、鼻づまりに。

■ アレルギー性鼻炎の市販薬

アレルギー性鼻炎が疑われる場合、病院で検査して原因を明らかにし、症状に合った治療を受けることが大切です。しかし、アレルギーの原因が分かっている、他に特に病気もない場合は、市販薬を上手に使う方法もあります。飲み薬のほか点鼻薬もあります。自分の症状に合うものを薬局で相談してみましょう。

主な市販薬
アレグラFX、アレジオン10、エバステルAL、コンタック鼻炎Z、ストナリニZ、ストナリニ・ガード、パブロン点鼻クイック、アレギサル鼻炎

■ スギ花粉症の新薬「シダトレンスギ花粉舌下液」

スギ花粉専用の新しい薬です。この薬は、スギ花粉の成分を微量に含み、これを舌の下に滴下していくことで、スギ花粉に体を慣らしていく治療法です。今までは、このような治療は注射薬のみでしたが、舌下液が発売されたことで自宅での服薬が可能になり、また注射の痛みもなく治療できる特長があります。

ただし、一般的に治療には長期(2年以上)を要し、辛抱強く通院する必要があります。また、スギ花粉が飛んでいない時期に服用をスタートしなくてはなりません。

さらに、どこの病院でも処方できるわけではなく、登録した医師のみが処方できることになっていますので、確認が必要です。詳しくは医師、薬剤師にご相談ください。

参考文献

- 1) アルフレッサ:SAFE-DI ガイドライン シリーズ アレルギー性鼻炎改訂第3版
- 2) 第一三共ヘルスケア:くすりと健康の情報局 アレルギー性鼻炎(花粉症) http://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/symptom/07_arerugi/index.html
- 3) ツムラ:漢方治療ABCシリーズ 疾患別漢方処方運用シート

