

お薬のしおり

抗ヒスタミン薬とインペアード・パフォーマンス No.145 (H26.3)

東京医科大学病院 薬剤部

今年も既に花粉症の時期が始まっていますが、みなさんは花粉症の対策はできているでしょうか？ 花粉症とは、花粉によって引き起こされるアレルギーのことを言います。花粉症の症状には鼻水、鼻づまり、くしゃみ、目のかゆみなどが挙げられ、毎年お薬をのんでいる方や点鼻薬、点眼薬をお使いの方も多くいると思います。

みなさんの中には、アレルギーのお薬をのんで、眠気を感じたり、集中力の低下が起こったりしたことはありませんか？ 2011 年に行われた花粉症患者の方 1,600 名を対象とした花粉症実態調査によると、薬をのんで眠気や集中力の低下を経験した人は 52.3%で半数以上と報告されています。この眠気が起きる代表的なアレルギー治療薬に抗ヒスタミン薬があります。この薬をのむことによって起こる集中力や判断力、作業能率が低下した状態を「インペアード・パフォーマンス（自覚しにくい運動機能の低下）」または「鈍脳」と言います。自分でも気づかないまま集中力や判断力、作業効率が低下してしまうこともあります。自動車運転操作への影響や、受験勉強などの集中力への影響もインペアード・パフォーマンスによるものと考えられます。抗ヒスタミン薬の種類によっては、運転操作が不安定になったり、入力ミスが多くなったりするなどの集中力低下が見られることが分かっています。

では、なぜ抗ヒスタミン薬をのむと「インペアード・パフォーマンス」が起こるのでしょうか？ ヒスタミンという物質は、脳の中では①日中眠くならないようにする、②学習能力や記憶力を高める、③活動量を増やすなどの働きがあります。抗ヒスタミン薬をのむと、鼻の粘膜上にあるヒスタミンが結合する受容体を抑えることで、くしゃみや鼻水などのアレルギー症状が緩和される一方で、一部の抗ヒスタミン薬は脳の中にも移行し、脳内のヒスタミン受容体も抑えてしまいます。このため、日中の眠気やパフォーマンスの低下が起こると考えられます。抗ヒスタミン薬には、第 1 世代と第 2 世



代があり、現在では第2世代の抗ヒスタミン薬が多く使用されています。以下に当院の採用薬を中心に、抗ヒスタミン薬の特徴をご説明します。

□第1世代抗ヒスタミン薬：(商品名：レスタミン、ポララミン、アタラックス、ペリアクチン、ピレチアなど)

第1世代抗ヒスタミン薬は古くからあり、中枢神経の抑制作用が強く、眠気やインペアード・パフォーマンスが起こりやすく、自動車の運転や危険な作業をする方には注意が必要です。また、眠気などの副作用の他に、口の乾きや便秘などの症状が起こる場合もあります。また、これらの第1世代抗ヒスタミン薬は、薬剤の添付文書に自動車の運転等に関する注意として、「眠気を催すことがあるので、本剤投与中の患者には自動車の運転等危険を伴う機械の操作には従事させないよう十分注意すること」と記載があります。

□第2世代抗ヒスタミン薬：(商品名：アレグラ、ディレグラ、アレジオン、エバステル、ザイザル、タリオン、レミカット、アレロック、クラリチン、ザジテン、セルテクト、ゼスランなど)

第2世代抗ヒスタミン薬は一般的に、第1世代の抗ヒスタミン薬に比べ、脳に移行しにくく、眠気やインペアード・パフォーマンスを起こしにくく、口の乾きなども起こしにくいとされています。また、アレグラやアレジオンは医療用医薬品としてだけでなく、市販薬（OTC薬）としても販売されており、薬局やドラッグストアなどで購入することも可能です。しかし、この第2世代抗ヒスタミン薬の中でも眠気やインペアード・パフォーマンスの起こりやすさには差があります。これは、抗ヒスタミン薬の種類によって脳内への入りやすさに差があり、その結果ヒスタミン受容体を抑える程度に違いがあるためです。よって、第2世代抗ヒスタミン薬は、薬剤によって自動車の運転等に関する注意書きの添付文書の記載が異なります。アレグラやクラリチンには注意記載はありませんが、タリオン、エバステル、アレジオンには、「自動車の運転等危険を伴う機械の操作には注意させること」、その他には「自動車の運転等危険を伴う機械の操作には従事させないよう十分注意すること」と記載があります。また、眠気とインペアード・パフォーマンスは必ずしも相関するわけではなく、患者さん個々によっても症状が異なるため注意が必要です。

お薬についてご不明な点、ご不安な点がある場合には、医師または薬剤師までご相談ください。