

# お薬のしおり

## 花粉症の予防と治療 No.87 (H21.1)

東京医科大学病院 薬剤部

また、花粉症の患者さんには憂鬱<sup>ゆううつ</sup>な季節がやってきました。1月に東京都は今春のスギ・ヒノキ花粉飛散量<sup>ひさかりょう</sup>は、昨年春の約8割となる見込みと発表しましたが、やはり花粉症は辛いものです。花粉症はスギやヒノキ等を代表とする、花粉が原因となって起こるアレルギー反応です。ヒトには抗原<sup>こうげん</sup>(ヒトにとっての異物)が体内に侵入してきた際に、抗体<sup>こうたい</sup>というものを使ってそれを排除する仕組みがあります。花粉症においては、花粉が抗原として目や鼻にくっついた時にそれを追い出すための抗体が作られます。このとき作られた抗体が目や鼻の粘膜にある肥満細胞<sup>ひまんさいぼう</sup>というアレルギーを引き起こす細胞を刺激します。すると肥満細胞の中にあるヒスタミン等の化学物質<sup>ぶんびつ</sup>が分泌され、くしゃみ、鼻水、涙を流すといったアレルギー症状が起きます。なお、花粉症になるかならないかはその人の遺伝的<sup>いでんてき</sup>な素因<sup>そいん</sup>や、大気汚染<sup>おせん</sup>の程度や花粉の飛散量など、さまざまなものの影響が考えられています。

### 【予防対策として】

花粉症を避けるためには、症状が出る前に対処することが最も重要です。花粉の飛散が多い時は外出を控える、外出時にはメガネ・マスクを着用する、帰宅時に衣服や髪をよくはらって入室し、洗顔・うがい等をする。寝具や洗濯物はよく払ってから取り込む、掃除を励行するなど、完全に花粉を除去することは不可能ですが様々な対策があります。さらに、花粉の飛散時期の1~2週間前から抗アレルギー薬を服用しはじめ、飛散中も継続して服用を続ける予防法もあります。このお薬は効果が安定するまでに時間がかかるので、早くからのみ始めることが重要です。

### 【治療には】

現在、花粉症の治療には大きく分けて減感作療法<sup>げんかんさりょうほう</sup>、外科的療法、薬物療法の3つがあります。減感作療法は花粉



の抗原を週 1~2 回程度繰り返し皮下に注射し、花粉に対する過敏<sup>かびん</sup>反応を軽減させようという治療ですが、人によっては数年間の継続が必要となる場合もあります。外科療法としては、鼻づまりの強い人に対して粘膜を切除する手術や、レーザーを用いた外来でも可能な方法があります。

目や鼻の症状を軽減するために、多くの医師が次のような薬を処方します。

①抗ヒスタミン薬；ヒスタミンという化学物質が神経に作用する所をブロックします。主にくしゃみ、鼻水、目の痒みに効果があります。眠気、口が渴<sup>かわ</sup>くといった副作用が現れる人もいます。一般的には、緑内<sup>りょくないしょう</sup>障、前立腺肥大症<sup>ぜんりつせんひだいしょう</sup>の患者さんには適しません。

②抗アレルギー薬；ヒスタミンなどの化学伝達物質<sup>かがくてんたつぶつしつ</sup>の放出を抑制する薬です。抗ヒスタミン作用のほかにもアレルギー反応を抑えるいろいろな効果があります。ただし、効果が出るまでに 2~4 週間かかりますので忘れないように飲み続ける必要があります。

③ステロイド薬；抗炎症、抗アレルギー、免疫抑制作用を示します。目薬や、鼻に<sup>ふんむ</sup>噴霧（霧状のものを吹きかける）するタイプが使われることもあります。

④抗コリン薬；鼻汁分泌抑制作用<sup>びじゅうぶんびつよくせい</sup>があり、鼻に噴霧して使います。一般的には緑内障、前立腺肥大症の患者さんには適しません。

⑤血管収縮薬；鼻に噴霧する薬で、鼻づまりに効果があります。すぐに効き目が現れますが、使いすぎると鼻づまりが強くなり、薬剤性鼻炎<sup>びえん</sup>を起こすことがあります。

⑥漢方薬；体質に合わせて使われます。鼻づまりなどに効果があるものもあります。

このように様々な治療薬がありますが、市販のものも沢山ありますので、医師や薬剤師に相談の上、自分に合った治療法を選んでみてはいかがでしょうか。また、厚生労働省より一般の方むけに花粉症の Q&A 集も下記の HP で特集されていますので、気になる方はぜひご覧になってください。

厚生労働省：花粉症 Q&A 集(平成 20 年度花粉症対策用)

<http://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/kenkou/ryumachi/kafun/ippan-qa.html>

