

# 花粉症（アレルギー性鼻炎）

## ■抗ヒスタミン薬（主に第二世代抗ヒスタミン薬について）

- 第二世代抗ヒスタミン薬は副作用（眠気や口が乾くなど）が出現しにくいですが、しかし効果や副作用には個人差があります。自分に合う薬を探すしかない、ともいえます。
  - 一般的に眠気が出にくいのは・・・  
アレグラ® ビラノア® デザレックス® クラリチン® など
  - 一般的に眠気が出やすいのは・・・  
アレロック® ジルテック® など
  - 第一世代抗ヒスタミン薬は使わない方がよいです。  
（レスタミン®、タベジール®、ポララミン®、ヒベルナ®、アリメジン®、アタラックスP®、ペリアクチン®）など
- 主に以下の2つの理由があります。

①眠たくなりやすく、作業効率低下、学業成績不振を起こす可能性が上がります。

②けいれん発作のリスクが上がります。

（第一世代薬ではありませんが、ザジテン®はてんかんの患者さんには禁忌です。）

- 抗ヒスタミン薬は飲む時間にも注意が必要です。  
薬の効きが不十分な場合は飲む時間を再検討する価値はあるでしょう。  
以下のように、薬によってそれぞれ特徴があります。  
「食前が良い薬」・・・アレグラ®  
「食後が良い薬」・・・クラリチン®  
「食前食後を気にしなくてよい薬」・・・アレロック®  
「早く効かせたい時は食前が良い薬」・・・ザイザル®

## ■点鼻ステロイド

- 点鼻ステロイドは単独での効果もしっかり証明されており、点鼻ステロイド（単独）と抗ヒスタミン薬（単独）を比較すると、点鼻ステロイド（単独）の方が有効と報告されています。
- 点鼻ステロイドは全ての鼻症状に有効であり、全身副作用は小児でも少ないとされています。薬が全身に回るわけではないので、内服や注射とは全く別物と考えて良いです。
- ステロイドの副作用として長期的に使用した場合の成長障害が挙げられます。  
しかし実際には点鼻ステロイドで身長に影響するのかどうかは明らかではありません。  
影響があるとしても無視できるほどわずか、という考えもあります。
- 点鼻ステロイドはどれも効果は同等といわれていますが、第1世代（フルナーゼ®）より新しい第2世代（アラミスト®やナゾネックス®）の方が、使用回数も少なくて効果的、局所にとどまり副作用が出にくいでしょう。
- 鼻噴霧用ステロイドは、噴霧の刺激で鼻汁分泌が増加する場合があるので注意が必要です。

#### ■ロイコトリエン受容体拮抗薬など

- 花粉症の初期治療や軽症例に対しては、以下も推奨されています。

ロイコトリエン受容体拮抗薬（オノン®、シングレア®）

トロンボキサン A2 受容体拮抗薬（バイナス®）

Th2 サイトカイン阻害薬（アイピーディ®）

これらの薬物は眠気の副作用が少なく、鼻閉への効果が強いいため、仕事で運転が多い症例などは試す価値はあるでしょう。

- ロイコトリエン受容体拮抗薬については QOL を障害しやすい鼻閉の原因に直接効果があること、鼻汁の抑制効果も認めること、眠気がほとんどないことなどから特に小児の通年性アレルギー性鼻炎などでは有用性は高いでしょう。
- 点鼻ステロイドの効果と、ロイコトリエン受容体拮抗薬・抗ヒスタミン薬を併用した場合の効果と比較すると、ほぼ同等といわれています。

#### ■漢方薬（小青竜湯）

- 西洋薬とは作用が異なるため、西洋薬との併用も可能です。
- 小青竜湯は、通年性アレルギー性鼻炎に対して有効性が示された漢方薬です。
- 麻黄に含まれるプソイドエフェドリンなどの働きで、鼻閉と鼻汁の両方に効果があります。
- 気管支拡張作用をもち、喘息にも効果的です。
- 覚醒効果を持ち、眠気が生じることもありません。
- 長期使用で胃痛が出現することがあり注意が必要です。

#### ■ディレグラ®

- 成分は「フェキソフェナジン（アレグラ®）」と「プソイドエフェドリン」です。
- 「プソイドエフェドリン」は血管収縮作用を持つ薬で、鼻の粘膜の充血を抑えて、鼻詰まりを改善する効果があります。
- 12 歳以上で、副作用や投与できない基礎疾患（以下）がなく、他の薬で改善しない場合に試みる価値はあるでしょう。投与期間は短期間にとどめるべきです。
- 副作用：  
高血圧、不眠、イライラ、頭痛、など
- 投与できない基礎疾患：  
糖尿病、高血圧、虚血性心疾患、眼圧上昇、甲状腺機能亢進、前立腺肥大、腎機能障害など

#### ■パブロン®点鼻（市販薬）

- 血管収縮剤と第一世代抗ヒスタミン薬が含まれています。
- ステロイドは含まれていません。
- 使いすぎると余計に鼻水が出ることがあります。

- 抗ヒスタミン薬が入っているので眠たくなります。しかし一時的には効果が出る 경우가多く、薬局ですぐ購入できるので便利です。使いすぎには注意が必要でしょう。

#### ■血管収縮剤入りの点鼻薬（コールタイジン®点鼻など）

- 血管収縮剤入りの点鼻ステロイドです。
- 血管収縮剤によって詰まっている鼻が通り、一時的にはすごく楽になることがあります。ただし効果が2～4時間と短く、使いすぎると余計に鼻水が出てまた詰まる、とりバウンドが出るので連用は勧められません。

#### ■抗アレルギー剤の点鼻（インターール®点鼻など）

- ステロイドは含まれていません。
- 副作用はほとんどなくて良いですが効果は薄いと思われ、かつ頻回に使用しなければならず手間がかかります。

#### ■抗IgE抗体製剤：ゾレア®

- 喘息や蕁麻疹の治療薬であるゾレア®が、新たに季節性アレルギー性鼻炎（花粉症）に対しても適応となりました。
- 高額で注射薬なので、他の治療でどうしても改善しない場合の選択肢になるでしょう。

#### ■舌下免疫療法

- 体質を変えていく治療といえます。
- 毎年アレルギー性鼻炎で悩まされる場合などに適応になるでしょう。



参考 【総合診療アップデート第2版2017年】 [Gノート別冊 Common Disease の診療ガイドライン 2017年]

【週刊日本医事新報 2019年2月1週号】 [総合診療 2018年4月] など