

# 薬のひろば

## アレルギー性鼻炎を OTC 医薬品で改善しよう！

### 1：はじめに

立春を過ぎると鼻水やくしゃみなどの鼻症状で毎年悩まれている方も多いのではないのでしょうか。しかし今のご時世、鼻症状だけでは医療機関を受診しない方も多いと思います。今回のテーマでは、鼻症状に対して、ドラッグストアや薬局で処方せんなしで購入できる医薬品（OTC 医薬品）を紹介します。

### 2：アレルギー症状が発現する機序（図 1）

まず、抗原（アレルギーの原因となる物質）が体内に侵入します。抗原が肥満細胞と結合し、アレルギー誘発物質である「ヒスタミン」を放出します。そして、ヒスタミンが鼻粘膜に存在するヒスタミン受容体に結合し、鼻症状が発現します。

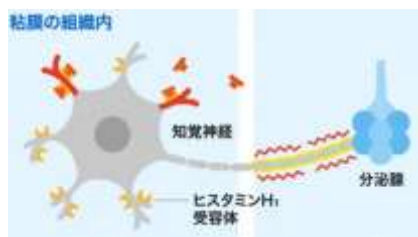
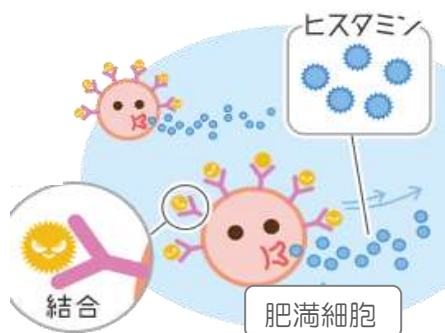


図 2 アレルギー性鼻炎 花粉症の話より引用

図 1 そもそも花粉症って？花粉省 エリエールより引用

### 3：抗原の違いによる分類（通年性と季節性）

アレルギー性鼻炎の原因になる抗原はハウスダストと花粉の 2 種類があります。ハウスダストは年中さらされるため、1 年を通して症状が現われます（通年性）。花粉は表 1 に示すように季節によって、飛散する種類が異なり、個人によって症状の発現時期が異なります（季節性）。また、花粉はアレルギー性結膜炎を併発しやすいことが特徴です。

花粉名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ハンノキ属(カバノキ科)		←→	←→									
スギ	←→	←→	←→	←→							←→	←→
ヒノキ科			←→	←→								
イネ科			←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→		
ブタクサ属(カバノキ科)										←→		
ヨモギ属(キク科)								←→		←→	←→	
カナムグラ(アサ科)										←→	←→	



表 1 花粉症カレンダー（大正製薬 東海地方花粉症カレンダーを参考に作成）

#### 4：アレルギー性鼻炎で使用される OTC 医薬品

##### 【抗ヒスタミン薬】

ヒスタミン受容体をブロックすることで、鼻水や鼻閉を抑えます。抗ヒスタミン薬には「第一世代」と「第二世代」があります。

##### 1. 第一世代抗ヒスタミン薬（成分名：クロルフェニラミン）

古くから使用されている薬で、第二世代に比べ即効性があり、効き目を感じやすいのが特徴です。しかし、中枢神経抑制による眠気やだるさ、抗コリン作用による喉の渇きや尿が出にくいなどの副作用が強く出ることがあります。

##### OTC 医薬品

- ・ビダトレール®点鼻スプレー（第3類医薬品）
- ・ロートアルガード®ST点鼻スプレー（第2類医薬品）
- ・レスタミンコーワ糖衣錠（第2類医薬品）



##### 2. 第二世代抗ヒスタミン薬（成分名：フェキソフェナジン、ロラタジンなど）

現在主流になっている薬で、第一世代に比べ、眠気や喉の渇きなどの副作用が少ないのが特徴です。しかし、注意事項には運転などの危険を伴う作業は控えるよう記載がある薬もあります。心配な方は薬剤師までご相談ください。

##### OTC 医薬品

- ・アレジオン®（第2類医薬品）
- ・クラリチン®EX（第2類医薬品）
- ・アレグラ®FX（第2類医薬品）

※ クラリチン®EX、アレグラ®FX は第二世代抗ヒスタミン薬の中で運転等の注意事項が記載のない薬です。

##### 【ステロイド】

アレルギー反応による炎症を強力に抑えます。ステロイドと聞くと副作用が怖いと思うかもしれませんが、点鼻として使用されるステロイドはアンテドラックステロイドが使われています。アンテドラックステロイドは、局所で効果を発揮し、体内に吸収されると速やかに低活性の物質に分解されます。そのため通常の内服するステロイドと比べ、副作用が少ないことが特徴です。

##### OTC 医薬品

- ・フルナーゼ点鼻薬（第1類医薬品/要指導医薬品）
- ・パブロン鼻炎アタック JL（第2類医薬品）



#### 5：最後に

鼻症状は、それだけでは命に関わるようなことはありません。しかし、鼻閉による息苦しさ、それによる呼吸苦や不眠など、生活の質が大きく低下することがあります。我慢して放置せず、自分に合った OTC 医薬品を見つけてはいかがでしょうか？近年では貼るタイプの抗ヒスタミン薬も医療用医薬品（医師が処方する医薬品）としてあります。薬のことで気になることがあれば医師、薬剤師にご相談ください。

参考資料：アリナミン製薬株式会社 <https://alinamin-kenko.jp/yakuhou/feature/nose/vol01.htm>  
薬局 2014Vol.65, No3 病気が見える vol.6

文責：桂山夏実