



# 花粉症の初期療法

—花粉飛散の2週間前から—

指導：姫路聖マリア病院耳鼻咽喉科 部長 小川 晃弘

企画：  
日本医師会

No. 380

## 止まらないくしゃみ・鼻水

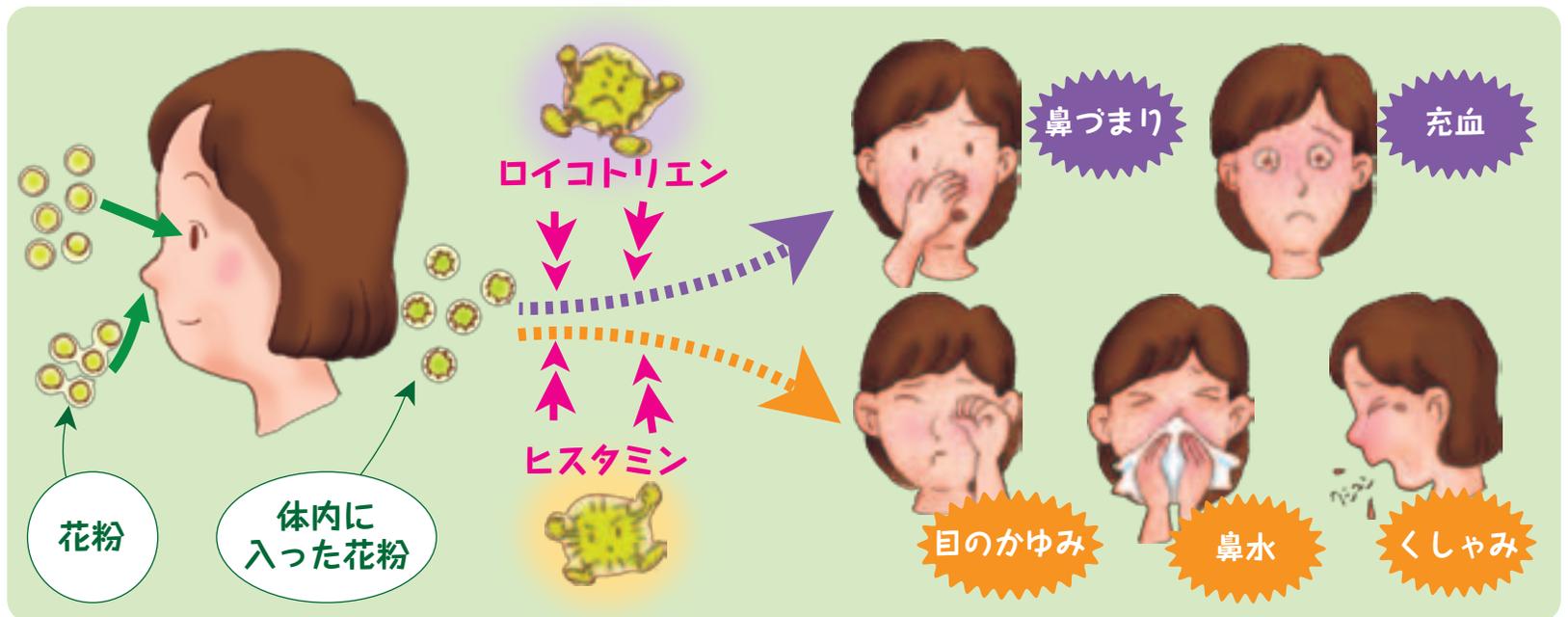
花粉症はスギ・ヒノキなどの花粉に対して、鼻の内側の粘膜が過剰に反応することによって起こるアレルギー性の病気です。

くしゃみ・鼻水の原因となるヒスタミン、鼻づまりの原因となるロイコトリエンなどの化学伝達物質が関係して、これらの症状があらわれます。

## どんな治療法が？

症状を軽くするためには、花粉情報を参考に飛散量の多いときはなるべく外出を避け、マスクや眼鏡などで少しでも花粉が体内に入らないようにしましょう。

病院で行われる治療法には、花粉が飛び始める2週間くらい前から始める「初期療法」、症状があらわれてから始める「導入療法」、これらの療法で症状が抑えられた状態を保つための「維持療法」があります。



## 症状が重い人は

症状に応じて、アレルギー反応を抑える内服薬や点鼻薬などが処方されますが、毎年症状が重い人には「初期療法」がお勧めです。今は、眠くならない、効き目がはやいなど、さまざまな薬があります。症状の出始める時期を遅らせ、飛散量の多い時期に症状自体を軽くし、併用する薬の量や回数を減らせることが期待できます。結果的に通院回数も少なくなるかもしれません。

まずはかかりつけの医師に早めに相談して、自分にあった対処法や治療法を選び、つらい花粉シーズンを乗り切りましょう。

