



おくすり通信

No. 70 花粉症のOTC薬の選択と点鼻液

こんにちは、薬剤科です。今の季節、既に花粉症に悩まされている方も多いことと思います。今回は、花粉症に使用できるOTC薬の選択、点鼻液についてご説明いたします。

《花粉症の症状》

花粉症は、体が花粉を異物と判断してしまい、免疫が過剰に反応して起こるアレルギー症状です。アレルギー反応（くしゃみ、鼻水、鼻づまりなど）は様々なケミカルメディエーターによって引き起こされます。

- **くしゃみ・鼻水**：ヒスタミンが三叉神経を介してくしゃみ中枢・分泌中枢を刺激して起こる。
- **鼻づまり**：ヒスタミンを含む複数のケミカルメディエーターが直接鼻粘膜に作用し、毛細血管を拡張させて炎症が起こり、空気の通り道が狭まることで起こる。

OTC薬を選択する際にはどのような症状に悩んでいるかで薬剤を選択しましょう。くしゃみや鼻水が辛い場合には、抗ヒスタミン作用、メディエーター遊離抑制作用を持つ薬剤を、鼻づまりの場合はステロイド点鼻薬を、より鼻づまりがひどい場合には血管収縮作用を持つ点鼻液を選択するとよいでしょう。

《点鼻液》

花粉症に使用できるOTC薬として噴霧タイプの点鼻薬があります。噴霧タイプ点鼻液は薬液が霧状になる製剤で、霧状になった薬を直接鼻腔内に噴霧します。

作用のタイプ	特徴	OTC薬の成分名
ステロイド	強い抗炎症作用 長期連用はしない	ベクロメタゾンプロピオン酸エステルなど
血管収縮作用	充血を抑え、鼻づまりを緩和 長期連用はしない	ナファゾリン、テトラヒドロゾリン、オキシメタゾリン
抗ヒスタミン作用	くしゃみ、鼻水を緩和 副作用の眠気に注意	クロルフェニラミン、ケトチフェン
メディエーター遊離抑制作用	ヒスタミンを含む化学伝達物質を抑制してアレルギー症状を緩和	クロモグリク酸ナトリウム
非ステロイド性抗炎症作用	鼻粘膜の炎症を抑制	グリチルリチン酸二カリウム
殺菌作用	細菌の増殖を抑制し、鼻腔内を清潔に保つ	ベンゼトニウム、ベンザルコニウム、セチルピリジニウム
局所麻酔	痛みや不快感を取り除く	リドカイン

注意点・薬液を汚染しないよう注意する。（使用前に鼻をかむ。使用後はノズルを清潔なティッシュで拭う）

- ・開封後初回使用時は薬液が噴霧されるまで数回空押しする。（ポンプの中を薬液で満たすため）
- ・ノズルが鼻中隔に向かないようにまっすぐ鼻腔に入れる。（機械的な刺激による鼻出血を防ぐため）
- ・長期連用しない。（血管収縮薬では効き目が出にくくなる「点鼻薬性鼻炎」になる可能性がある）

その他詳しい使用上の注意点は製品内の説明書を確認してください。

そのほか気になる点がございましたら、お気軽にご相談ください。