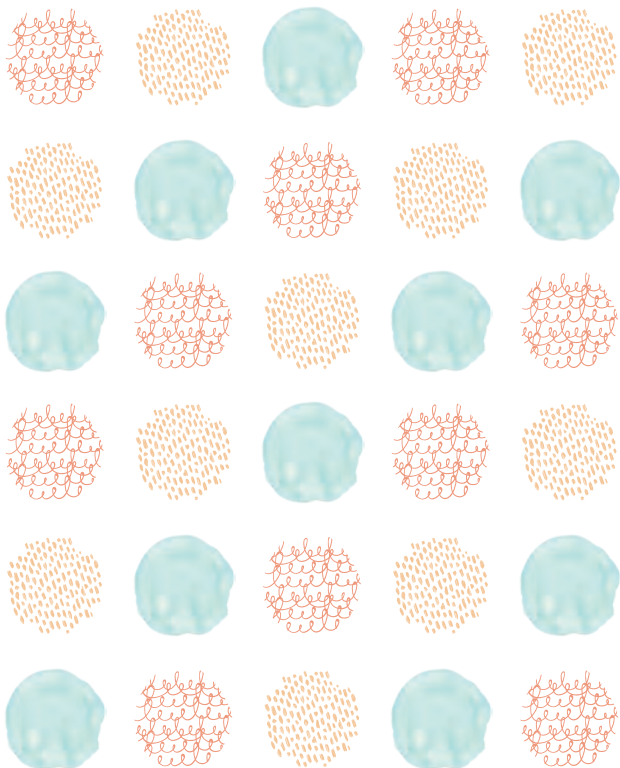


Allergic Rhinitis

アレルギー性鼻炎



つらい症状に悩まされる アレルギー性鼻炎とは

アレルギー性鼻炎とは、
「アレルゲン(抗原)」と呼ばれる原因物質が、
鼻や喉の粘膜から入り込むことで起こる疾患で、
通年性と季節性があります。

このアレルゲンが体内の肥満細胞を刺激することで、
ヒスタミンやロイコトリエン、PAF^{パフ}といった
ケミカルメディエーター*が、
神経および血管に放出されます。

それによって、アレルギー性鼻炎の三大症状である
「くしゃみ・鼻水・鼻づまり」が引き起こされます。

*ケミカルメディエーター：細胞間で情報伝達を担う物質で、体内で作用してアレルギー反応を引き起こします。化学伝達物質とも呼ばれています。

図：アレルギー性鼻炎発症の仕組み



アレルギー反応による

くしゃみ



アレルゲンを
排出しようとする

鼻水



アレルゲンを
押し出し、
洗い流そうとする

鼻づまり



鼻腔を狭めて
アレルゲンの
侵入を防ぐ

アレルギー性鼻炎の治療薬

アレルギー性鼻炎の治療薬は、くしゃみ・鼻水・鼻づまりの症状改善に使用され、患者さんの症状や重症度に合わせて選択されます。

主な治療薬

●ケミカルメディエーター遊離抑制薬

肥満細胞からアレルギーを引き起こすケミカルメディエーターの放出を抑えます。

●ケミカルメディエーター受容体拮抗薬

○抗ヒスタミン薬(第1世代、第2世代)

主にくしゃみ・鼻水の原因となるヒスタミンの作用を抑えます。鼻づまりに対し効果が期待できるものもあります。

○抗ロイコトリエン薬

鼻粘膜の腫れの原因であるロイコトリエンの作用を抑え、主に鼻づまりを改善します。

○抗プロスタグランジンD₂・トロンボキサンA₂薬

主に鼻づまりの改善、またくしゃみ・鼻水にも効果が期待されています。

●Th2サイトカイン阻害薬

主に鼻づまりを改善します。

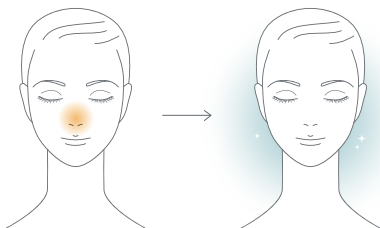
●ステロイド薬(鼻噴霧用・経口用)

鼻粘膜の腫れや炎症を抑えます。経口用は重症例などに使用されます。

●点鼻用血管収縮薬

鼻づまりや鼻粘膜の腫れに対して使用されます。

など



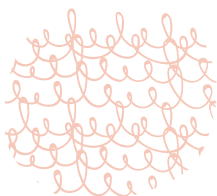


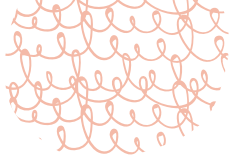
自分に合った 治療薬を見つける

アレルギー性鼻炎の症状は個人によってさまざまです。くしゃみと鼻水の症状はその関係性が強いことからまとめて「くしゃみ・鼻水型」、また、鼻づまりが他の症状に比べて強いときは「鼻づまり(鼻閉)型」、両者の症状が同じ程度の場合は「充全型」に分類されます。

アレルギー性鼻炎の治療薬は、同じ薬でも人によって効果だけではなく副作用の現れ方も異なります。自分に合った薬を見つけるには、医師と患者さんの協力が不可欠です。

お薬について気になることは医師・薬剤師に相談しましょう。





日常生活での アレルゲンの除去と回避

アレルギー性鼻炎への対策として、アレルゲンをできるだけ身の回りから減らすよう心がけることも重要です。

アレルゲンの除去と回避の一例

●ハウスダスト、ダニ

- ・室内のこまめな掃除(掃除機の利用・拭き掃除)、寝具の洗濯
- ・除湿機を利用し、部屋の湿度を上げすぎない(45%以下に保つ)
- ・室温は20～25℃に保つよう心がける



●花粉

- ・花粉情報に注意する
- ・マスクやメガネを着用し、花粉のつきやすい毛足の長い衣服は避ける
- ・室内に入った花粉は掃除で除去する(特に窓際)



●ペット(特にネコ)

- ・できるだけ接触を避ける
- ・屋外で飼い、寝室に入れない
- ・原因となるペットと、ペットの飼育環境を清潔に保つ



アレルギー性鼻炎の「**もっと知りたい**」は
かかりつけ医にご相談ください。

