



薬局だより

2026年2月



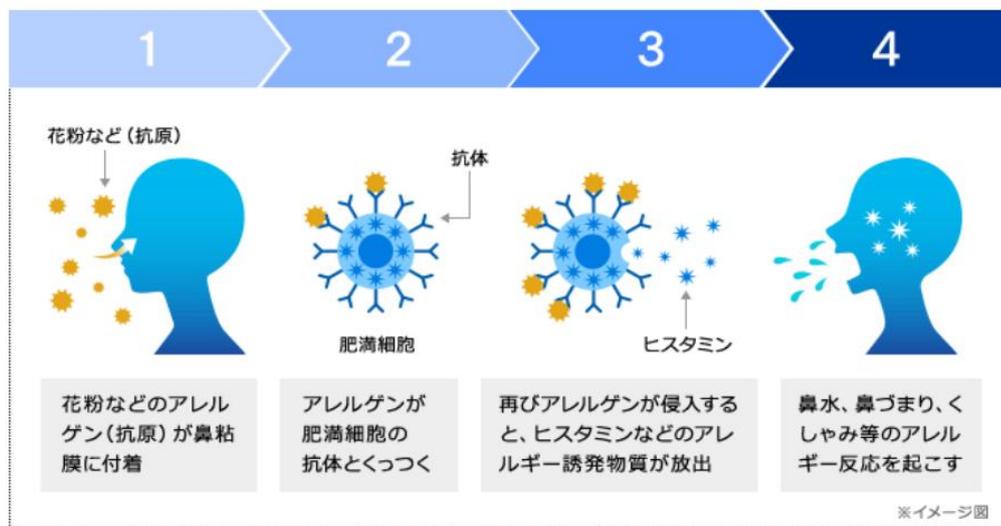
～花粉症について～

2月に入り、そろそろ花粉が飛び始める時期がやって来ました。今年は近畿地方では例年並みか前シーズンを下回る飛散量の予想ですが、東日本では平年を上回る見込みです。

毎年つらい思いをしている方も、早めの対策で快適に過ごしたいですね。そこで、今回は日常でできる花粉症対策と薬物療法についてご紹介させていただきます。

花粉症の原因

花粉症とは、体内に花粉（アレルゲン）が入ってきたとき、それを排除しようとする「免疫反応」によって、鼻水、鼻づまり、くしゃみなどの症状が起こることをいいます。花粉症の主な原因は、その免疫反応が過剰に起こってしまうことによります。



日常での対策

- (1) 規則正しい生活（食事、睡眠等）を心がける
- (2) 外出時にマスクやメガネを身に着けて、コートなど一番上に着るものはツルツルした素材を選び花粉の付着を減らす
- (3) 帰宅後、玄関前で花粉を払い落とし、うがいや洗顔で花粉を洗い流す
- (4) 飛散の多い日には、ドアや窓をしっかりと閉めて花粉の侵入を防ぐ
- (5) 洗濯物は外に干さず、乾燥機等を利用する



花粉症の主な治療薬 一覧表

* 対処療法（症状を軽減する治療）

薬の種類	主に効く症状	どんな薬？	こんな方におすすめ
抗ヒスタミン薬（飲み薬）	くしゃみ・鼻水・目のかゆみ	花粉症治療の基本となるお薬 ※眠くなる薬もあります 眠くなりにくいタイプの薬もありますので、医師や薬剤師に相談しましょう(^_^)	花粉症の症状が全体的に出る方 仕事・学校・運転がある方
点鼻薬（鼻スプレー）	鼻づまり	鼻の中に直接効く 速く効き、飲み薬と一緒に使えます	鼻が詰まってつらい方 夜眠りにくい方
点眼薬（目薬）	目のかゆみ・充血	目の症状をピンポイントで改善	目のかゆみが強い方
抗ロイコトリエン薬（飲み薬）	鼻づまり	鼻の奥の炎症を抑える	鼻づまりが長く続く方
漢方薬	体質に合わせた症状	体全体のバランスを整える	西洋薬が合わない方
ステロイド点鼻薬	強い鼻症状	炎症をしっかり抑える	症状が重い方（医師判断）

* 根治療法（体内でアレルギー反応そのものを起こさないことを目指した治療）

・ アレルゲン免疫療法（減感作療法）

→アレルギーの原因である「アレルゲン」を少量から投与することで体をアレルゲンに慣らし、アレルギー症状を和らげる治療法です。注射剤（皮下免疫療法）に加え、舌下投与（舌下免疫療法）の剤形があります。治療は長期間（3～5年）かかります。

例：治療用標準化アレルゲンエキス皮下注「トリイ」スギ花粉、シダキュア®スギ花粉舌下錠など



・ 抗体医薬（減感作療法）

→IgE抗体（体に入った花粉を異物とみなし作られる抗体）と肥満細胞の結合を阻害することで、アレルギー症状の原因となるヒスタミンなどの放出を抑制する。

気管支喘息や慢性蕁麻疹の治療に使われている薬剤ですが、既存の治療で効果不十分な重症・最重症の花粉症にも使えるようになりました。

例：ゾレア®皮下注