

花粉症について



今日では、「花粉症」という言葉を知らない人はいないと思われるかもしれません。テレビなどのマスコミにも、大きく取り上げられるようになり、伴い花粉の飛散量が最大となる時代になってしまいました。日本全国どこにおいても、スギ花粉からは逃れられないでしょう。

原因は三者三様

二〇〇四年の全国調査によると、二千万人以上の人がスギ花粉症にかかっている計算になります。

主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状です。これだけならば耳鼻科だけで治りそうですが、実際は、目がかゆくなったり、目が潤みやすくなったり、アトピー性皮膚炎が悪化したり、口の中が荒れたり、喘息（ぜんそく）症状が悪化したりとさまざまな症状が現れるので受診する科は人によって異なります。できるだけ早く、原因を明確にさせる必要があります。くしゃみだから必ずしも風邪だというわけはなく、一般的な風邪薬で悪化することもありますからご注意ください。

花粉症は、一年中スギの花粉だけが原因ではなく下表のようにさまざまです。これらの花粉以外にもサ

原因植物	花粉飛散月 (月)											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
スギ、ヒノキ科、イネ科 など			🌲									
ヒノキ科、カバノキ科、ブナ科、マツ科 など				🌲								
イネ科								🌾				
イネ科、ヨモギ属、ブタクサ属 など										🌾		

クラ草など想像もできないような花が原因の場合もあります。また、一種類の花粉に敏感になると他の花粉にも敏感になることもあり、一季節だけの問題ではありません。

秋になり、イネが実り、イナゴの季節に長時間外にいたら、体調が悪くなったので病院に行つて調べたら、原因はブタクサだたという話を聞いたことがあります。また、直接は花粉でなかったのですが、古い畳を新しい畳に替えた途端に、くしゃみが出て苦しんだという例もありました。しばらくの間、畳のおいから遠

ざかっていたら症状が治まったといえます。

薬の使い方

それでは、治療はいつから始めたらいいでしょうか。季節性の症状であれば、その時期がくる二〜四週間前から治療を受けることをお勧めします。くしゃみや鼻水の原因物質が体の中で悪さを防ぐためです。医師は内服薬、吸入薬、点鼻薬、点眼薬などを、症状に合わせて処方します。症状のひどい人にはあらかじめ注射することもあります。これは徐々に体中に広がって、長期間症状が現れないようにする作用があります。抗アレルギー剤という内服薬は、特に二週間以上前から服用し始めることをお勧めします。効果が現れるまでに時間がかかるのが

普通です。速効性はあまり期待できません。起ってしまった症状を抑える薬ではないのです。これとは別にステロイドという薬は速効性があり、効果の発現は速いです。一般的に副作用を心配されますが正しく使うことで防げます。薬の使い方についていけないのは、自己判断で飲んだり飲まなかったり、吸入したりしなかったりするやり方です。良くなってきたので止めたら、また元の状態に戻ってしまったという話をよく聞きます。量や回数を守ってこそ、薬は効果を発揮します。副作用はその次に考えてください。

花粉症の症状が出るともう一つ問題が起ってきます。それは、大人でも子供でも同じことです。集中力がなくなることです。はなをかみながら勉強したり、くしゃみをしな

がら仕事をしたり、車の運転をすることは大変煩わしいことでしょう。このような事を避けるためにも薬はあります。以前に用いられた抗アレルギー剤、抗ヒスタミン剤などは強い眠気を起こすものが多かったのですが、最近では眠気を起こす副作用が少ないものが増えてきて、より安全に服用できるようになりました。目のかゆみもひどくなると我慢できるものではありません。目をこするよりは一日何回と決まった回数、点眼することで症状を抑えることができます。ドライアイ（乾き目）の場合も、目がかゆくなりますので、診察を受けることが重要です。

簡単な対処法

それでは、症状を避ける方法を考えてみましょう。一番良いのは原因

物質から遠ざかることです。マスクをしたり、水中眼鏡をかけた後、手を良く洗ったり、帰宅後に服から花粉を払い落としたり、外に干したシーツに掃除機をかけた後、工夫することは、いっぱいあると思います。鼻水を抑えるには、ガムをかむという方法もあります。しかし、一日中ガムをかんではいられません。やはり、適切な治療を受けてください。

入院されている患者さんからよく耳にすることがあります。「今年花粉症の症状がほとんど現れなかった。入院したせいかもしれない」と。このことは、原因物質から遠ざかったことを意味していると思います。危険な花粉が飛散する時期が、もうそこまで来ています。くれぐれもお気を付けください。

(雄勝中央病院 高橋克子)

基準薬局リスト

鹿角市

朝日屋薬局	☎0186-23-3031	☎23-7610
Aコープ・ナリタ薬局	☎0186-22-0028	☎22-1786
かづの調剤薬局	☎0186-30-0085	☎30-0086
金山薬局花輪店	☎0186-23-5626	☎30-1666
黒沢薬局	☎0186-35-3200	☎35-3990
ニシムラ薬局	☎0186-37-2027	☎37-3368
花輪調剤薬局	☎0186-30-0066	☎30-0060
村木薬局	☎0186-22-0372	☎22-0472
薬局高橋屋	☎0186-37-4700	☎37-4701
柳沢薬局	☎0186-23-7562	☎23-7585

鹿角郡

すみれ調剤薬局小坂店	☎0186-29-5121	☎29-5122
------------	---------------	----------

大館市

相原薬局	☎0186-42-0293	☎42-0338
河畔薬局シャスコ店	☎0186-43-4622	☎43-4677
カマヤ薬局	☎0186-42-0406	☎42-8406
タカハシ薬局	☎0186-42-0312	☎45-1300
タカハシ薬局三の丸支店	☎0186-49-2318	☎45-1301
タカハシ薬局末広店	☎0186-42-0525	☎45-1302
殿村薬局栄町店	☎0186-49-0915	☎49-1739
ナカマチ調剤薬局	☎0186-43-4026	☎43-5788
能登屋薬局	☎0186-42-2727	☎42-8747
ひない調剤薬局	☎0186-45-4203	☎45-4031
ひまわり調剤薬局	☎0186-42-4162	☎43-3331
ファミリー薬局	☎0186-42-8144	☎42-9232
ホテヤ調剤薬局	☎0186-43-6400	☎45-1188
ホテヤ薬局	☎0186-42-2425	☎45-1187
ホテヤ薬局いとく店	☎0186-49-1179	☎49-0129
ホテヤ薬局御成町店	☎0186-42-4123	☎43-5171

北秋田市

昭和堂薬局	☎0186-63-0300	☎63-0323
北秋調剤薬局	☎0186-63-2510	☎63-1904
米代薬局	☎0186-62-0120	☎63-2087

北秋田郡

ホテヤ薬局上小阿仁店	☎0186-60-9155	☎60-9156
------------	---------------	----------



お薬手帳



基準薬局の看板

処方せん公文書の有効期限は処方日を含めて4日間です。

秋田県薬剤師会
秋田市千秋久保田町6-6 TEL.018-833-2334
E-mail: info@akiyaku.or.jp
http://www.akiyaku.or.jp