

症状によって効く薬は違う

花粉症の正しい治療法

花粉症と言えば「くしゃみ・鼻水」と考え、抗ヒスタミン薬を処方されていた。しかし、治りにくい花粉症の原因は、鼻粘膜の炎症による鼻づまりだった。

花粉症の季節が近づいてきた。病院で抗ヒスタミン薬を処方され、きちんと服用しているのに鼻づまりがとれず、病院を「はしこ」する人が少なくない。

「別の病院で薬を処方され、きちんと飲んでるのに、なかなか鼻づまりがとれません」
一日に100人前後の外来患者を診察している山王耳鼻咽喉科（東京都大田区）の緒方哲郎院長は、そんな「はしこ患者」についてこう話す。

「うちの外来に毎年、花粉症のくしゃみや鼻水の症状で診察を受けに来る患者さんのうち7割ぐらいが、鼻づまりを起こしています。本人は意識していないこともありすが、鼻の粘膜を見るとひどく腫れている人がほとんどです」

粘膜の炎症に注目

この腫れが、花粉症の治療法を見分けるポイントだという。花粉症は①くしゃみ②鼻水③鼻づまりが鼻の3大症状とされる



専門家の診察を受けて花粉症のタイプをきちんと見きわめ、正しい薬を処方されることが治療の早道だ

が、耳鼻咽喉科の専門家が最近注目するのが③の症状だ。

一般的に花粉症患者の9割は鼻づまりを経験している。鼻づまりがある人の6〜7割は「口が渇く」「寝つきが悪い」「にいがにぶい」などの自覚症状があり、生活の質（QOL）が低

くなる。

実際、仕事や勉強をしていて集中できなかつたり、倦怠感を感じたりすることもある。患者の中にはそうした鼻づまり状態が長く続きすぎて、気づかないうちに症状が悪化している場合もあるという。

症状により異なる薬

日本医科大学耳鼻咽喉科の大久保公裕教授は言う。「鼻の粘膜が腫れて鼻づまりを起こすのは、鼻の中にある空気の通り道が塞がれているのが最大の原因です（図参照）。そういう人には、抗ヒスタミン薬に加え、鼻の粘膜の炎症を抑える薬を処方しています」

読者の中には、鼻づまりを「鼻水が詰まっていることだ」と考え、何度も鼻をかんだのに鼻づまりが解消されないと悩んでいる人も多いかもしれない。しかし、鼻づまりの原因となる粘膜の炎症（腫れ）を解消しなければ意味がなかったのだ。花粉症は、スギ花粉などが粘膜に付着し、くしゃみや鼻水の原因となるヒスタミンという物質が身体から出るために起きる。

このヒスタミンの受容体に作用して、くしゃみや鼻水を出さないようにするのが抗ヒスタミン薬と呼ばれるもので、大半の花粉症患者に使われてきた。しかし、この薬は鼻づまりの原因となる粘膜の腫れにはあまり効果がなかった。そこで最近では、喘息の薬として使われてきたロイコトリエン受容体拮抗薬という、炎症や充血を抑える薬が花粉症の患者にも処方されるようになった。

実際、耳鼻咽喉科に行けば粘膜の様子を診察してもらえ。だが、別の診療科のかかりつけ医から花粉症の薬を処方してもらった場合も増えている。粘膜の様子を医師が把握しないまま、抗ヒスタミン薬だけを処方することもありうる。

「くしゃみや鼻水が中心の『鼻漏型』には抗ヒスタミン薬で済む場合もあるし、症状がひどければ噴霧用のステロイド薬が処方される。一方、鼻づまりが中心の『鼻閉型』にはロイコトリエン受容体拮抗薬が効果的であるなど、症状に応じた組み合わせが必要になる。鼻づまりがある場合は、医師にきちんと申告することが大事です」

と大久保教授は話している。

編集部 大重史朗

鼻の構造と鼻づまりの起こる様子

日本医科大学耳鼻咽喉科・大久保公裕教授による

