

鼻噴霧用ステロイド薬 を処方された 患者さんのための



編集協力：大分大学 医学部 臨床教授
豊永耳鼻咽喉科医院 院長
友永 和宏 先生



グラクソ・スミスクライン株式会社

もくじ

アレルギー性鼻炎はどんな病気？	2
アレルギー性鼻炎の症状の特徴は？	3
治療薬には、どのようなものがありますか？	4
鼻噴霧用ステロイド薬ってどんな薬ですか？	5
鼻噴霧用ステロイド薬はいつ使うのですか？	6
鼻噴霧用ステロイド薬には、どんな副作用がありますか？	7
鼻噴霧用ステロイド薬はいつやめればよいですか？	8
日常生活の注意点は？	9



Q

アレルギー性鼻炎は どんな病気？

A

通年性アレルギー性鼻炎と 花粉症(季節性アレルギー性鼻炎) があります。

アレルギー性鼻炎は、アレルギーによって鼻粘膜に炎症が起きる病気で、原因物質(抗原)の種類により、通年性アレルギー性鼻炎と花粉症(季節性アレルギー性鼻炎)に分類されます。

通年性アレルギー性鼻炎は、ダニやハウスダスト(ダニのほか、ガ、ゴキブリなどの昆虫、ペットの毛、フケなどが含まれる)が抗原になり、抗原が1年中あるため、症状も1年中続きます。

花粉症は、原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状があらわれます。スギ、ヒノキ、カモガヤ、ブタクサ、シラカンバなどが代表的な抗原です。



Q

アレルギー性鼻炎の症状の特徴は？

A

くしゃみ、鼻みず(水様性)、鼻づまりが3大症状です。

アレルギー性鼻炎では、くしゃみ、鼻みず(水様性)、鼻づまりが3大症状であり、花粉症では、この他に眼の症状(かゆみ、涙、充血など)を伴うことが多くなります。

鼻の粘膜にハウスダストや花粉などの原因物質(アレルゲン)が付くと、アレルギー反応が起こり、炎症を起こさせる細胞から化学物質(ヒスタミン、ロイコトリエンなど)が放出され、粘膜が刺激されて症状が起こります。



くしゃみ



鼻みず(水様性)



鼻づまり

Q

治療薬には、どのようなものがありますか？

A

主にくしゃみ・鼻みずに効く薬、主に鼻づまりに効く薬、鼻の症状全般に効く薬があります。

アレルギー性鼻炎は、症状によって「くしゃみ・鼻漏型」、「鼻づまりの強い人(鼻閉型)」、「全部ある人(充全型)」の3つの病型に分類され、それぞれの病型や重症度に応じて、薬を選択します。

－アレルギー性鼻炎の薬－

くしゃみ・鼻みずの薬

主としてくしゃみ・鼻みずに効く薬

第1世代抗ヒスタミン薬
第2世代抗ヒスタミン薬

鼻づまりにも、ある程度効果がある

鼻づまりの薬

主として鼻づまりに効く薬

抗ロイコトリエン薬
抗プロスタグランジンD₂・トロンボキサンA₂薬
第2世代抗ヒスタミン薬・血管収縮薬配合剤

くしゃみ・鼻水にも、ある程度効果がある

鼻づまりだけに効く薬

点鼻の血管収縮薬

作用時間が短い・薬剤性鼻炎に注意

全般的な薬

全般的に効く薬

Th2サイトカイン阻害薬
ケミカルメディエーター遊離抑制薬
鼻噴霧用ステロイド薬
経口ステロイド薬

Q

鼻噴霧用ステロイド薬って どんな薬ですか？

A

アレルギー反応が起きている
鼻の炎症部位に直接作用する
薬剤です。

ステロイドは、「副腎皮質ホルモン」とも呼ばれ、腎臓の上にある副腎という小さな臓器から分泌されます。ステロイド薬は、副腎皮質ホルモンの作用を増強し、治療に使用できるようにした薬剤で、アレルギー性鼻炎で起きているアレルギー反応や炎症を抑える作用があります。

炎症が鼻に限局しているアレルギー性鼻炎では、炎症部位に直接作用し、全身性の副作用や他の薬との相互作用がほとんどない鼻噴霧用ステロイド薬が主に使用されており、くしゃみ、鼻みず、鼻づまりの3大症状すべてを改善します。

また、抗ヒスタミン薬が効かない鼻づまりにも効果を発揮します。

鼻噴霧用ステロイド薬には、液剤や、粉末剤があり、各鼻腔に噴霧します。製品によっては成人と小児の両方に使用でき、1日の投与回数は、1日1回や1日2回など各種あります。



Q

鼻噴霧用ステロイド薬は いつ使うのですか？

A

症状が出たときだけ使用する
のではなく、医師の指示に従って、
継続して使用しましょう。

アレルギー性鼻炎では、症状を発現しない程度のアレルゲン(ハウスダストなど)にさらされていると、症状は出ていなくても、鼻粘膜には持続的な炎症が起きている可能性があります。

そのため、鼻噴霧用ステロイド薬は症状が出たときだけ使用するのではなく、アレルゲンの増加によって起こる鼻症状の悪化を予防するために、原因アレルゲンが存在する間は継続して使用することが大切です。鼻噴霧用ステロイド薬には炎症を抑える作用があり、長期間継続して使用することにより、改善率が上がるとされています。



Q

鼻噴霧用ステロイド薬には、 どんな副作用がありますか？

A

鼻に限られた副作用が
ほとんどです。

鼻噴霧用ステロイド薬は鼻腔に直接用いるため、副作用の多くは鼻やのどの局所に限られています。副作用として、鼻の粘膜に対する刺激感や鼻血、鼻の痛みなどがみられることがあります。局所用薬であるため、全身性の副作用はほとんどありません。

ただし、薬の使用にあたっては医師・薬剤師の指導に従い、もし異常があらわれたら、すぐに医師・薬剤師に相談するようにしましょう。



Q

鼻噴霧用ステロイド薬は いつやめればよいですか？

A

薬をやめる時期は
自分で判断せず、
医師に相談してください。

鼻噴霧用ステロイド薬は、アレルギー性鼻炎に対して有効な薬であり、毎日使い続けることで確実な効果が得られます。

症状が落ち着いていても、病気そのものが治っているとは限らず、薬をやめることで症状が悪化してしまうこともあります。特に花粉症の場合は、花粉の飛散が終わるまでは油断できません。

したがって、薬をやめるかどうか、あるいはやめる時期については、自分で判断せずに、医師に相談してください。



Q

日常生活の注意点は？

A

原因となる抗原の除去、回避が最も重要です。

アレルギー性鼻炎では、鼻に入る抗原の量を減らすためのセルフケアが重要になります。



室内ダニの除去

- 室内の掃除は、掃除機をゆっくり動かし、1畳あたり30秒以上の時間をかけ、週に2回以上掃除する。
- 布張りのソファ、カーペット、畳はできるだけやめる。
- ベッドのマット、ふとん、枕にダニを通さないカバーをかける。
- 部屋の湿度を50%、室温を20～25℃に保つよう努力する。
- 室内・寝具などは、清潔がいちばんです。



スギ花粉の回避

- 花粉情報に注意する。
- 飛散の多い時の外出を控える。
- 飛散の多い時は、窓・戸を閉めておく。
- 飛散の多い時は、外出時にマスク・メガネを着用する。
- 外出時、けばだった毛織物などのコートの使用は避ける。
- 帰宅時、衣服や髪をよく払ってから入室する。洗顔、うがいをし、鼻をかむ。
- 掃除を励行する。



ペット(とくにネコ)抗原の回避

- できれば飼育をやめる。
- 屋外で飼い、寝室に入れない。
- ペットと、ペットの飼育環境を清潔に保つ。
- 床のカーペットをやめ、フローリングにする。
- 通気をよくし、掃除を励行する。

