

花粉症対策とお薬について

2018年春の花粉飛散予測は、東北から近畿、四国地方までの広い範囲で、前シーズンの飛散量を上回り、中でも東海地方は例年比で見ると「やや多い」と予想されています。スギ花粉のピークは3月上旬。スギ花粉のピークが終わる頃になるとヒノキ花粉のピークが始まります。

2018年 スギ・ヒノキ花粉のピーク予測

2018年1月16日発表

地点	種類	2月			3月			4月		
		上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
名古屋	スギ									
	ヒノキ									



花粉症の症状

花粉症の3大症状は「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」です。異物が鼻から侵入すると、その異物を外に追い出したり体内に入りにくくするため、生体防衛反応として現れますが、アレルギー反応によってそれらが過剰に発現するのが花粉症の症状です。

この中で見のがされがちな「鼻づまり」

鼻づまりは自覚症状として認識されにくいいため、花粉症だと気づいていない場合があります。これらは、鼻づまりが原因で起こる可能性のある主な症状です。

● 口が渴く



● 咳が出る



● よく眠れない



● においや味がよく分からない



花粉症のお薬

一般的に花粉症の薬は、花粉が飛び始める2週間くらい前から服用を開始することが最も効果的と言われています。花粉症の症状が出る前から、薬の服用を始めていると、症状の発症を遅らせ、飛散シーズン中の症状をやわらげることができます。また、早期に症状を改善させることもでき、結果として処方される全体の薬の量を減らすこともできます。花粉症の症状が出るまでには個人差があります。もし、すでに症状が出てしまっている場合、すぐに病院を受診することをお勧めします。

花粉症の治療薬には、一般的に抗ヒスタミン薬といわれる種類の薬を用います。

ヒスタミンはアレルギー症状を起こす生体内物質だと言われており、鼻水、痒みなどさまざまな症状を引き起こします。

このヒスタミンの働きを止めるのが抗ヒスタミン薬です。抗ヒスタミン薬の種類は数多くあります。

副作用として、眠くなったり、喉が渇いたりするものもあれば、眠気がほとんどなく、自動車の運転や危険を伴う機械の操作に対する影響が少ない薬もあります。

また、1日1回服用するものと、1日2回以上服用するものがあります。自分の体に合った薬を服用することが重要です。

