

## 実践編

# 抗ヒスの選択からマスクの選び方まで 患者の疑問と不安に ズバリ答えます



花粉症治療はいつから始めるべきか、眠くならない薬はどれか、OTC薬でも大丈夫だろうか……。患者はこのような疑問や不安を抱いている。それらに的確に答えられる薬剤師を目指そう。

まだ受診する  
ほどじゃないと  
思うんだけど…



2月が近づくと、スギ花粉の飛散情報が流れてくる。2018年1月に日本気象協会が発表した花粉飛散予測第3報によると、飛散開始時期はおおむね例年並みで、2月上旬には九州や中国、四国、東海、関東地方の一部が花粉シーズンに突入しそうだ。

花粉症では、症状が強くなる前に「初期治療」を始めることで、シーズン中の症状が軽くなるのが分かっている。「鼻アレルギー診療ガイドライン2016」では、第2世代抗ヒスタミン薬、抗ロイコトリエン薬、鼻噴霧用ステロイドについては、飛散開始日（予測日）または症状が少しでも表れた時点で治療を開始するよう推奨している。

鈴木耳鼻咽喉科アレルギー科医院（仙台市青葉区）院長の鈴木直弘氏は、「花粉症の患者は、(1) 早くに症状

が発現するが重症化しないタイプ、(2) 症状が出るのは遅いが重症化するタイプ、(3) 早くから症状が出て、しかも重症化するタイプ、(4) 症状発現が遅く重症化しないタイプ——の大きく4つに分けられる」と説明する。(2) のタイプであれば、症状が出ていなくても飛散開始日に薬を使用し始めることで、症状を軽く抑えられる可能性がある。また、(1) や (3) の早くに症状が発現するタイプでは、飛散開始日（予測日）の前であっても、症状が出た段階で治療を開始する。実は、飛散開始日の前であっても少量の花粉が飛散しており、敏感な患者では症状が出るからだ。

## 適切なタイミングで治療開始を

「花粉飛散量がピークに達し、強い症状が出てから慌てて受診する患者がいるが、それだと症状を抑えるのが難しくなることがある」と大西耳鼻咽喉科の大西正樹氏。通常の治療だけでは症状が抑えられず、ステロイドの経口投与が必要になることもあるという。そのため、患者から受診するタイミングを聞かれたら、特に重症化するタイプの患者であれば、早めに受診して治療を始めるよう伝えたい。

ただし、症状もなく花粉も飛んでいない時期から始める必要はない。「最近

はマスキなどが早めの治療開始を勧めるため、かなり早い時期に薬をもらいに来る患者がいる」と大西氏は指摘する。不必要な薬を服用することになる上、医療費の無駄にもなりかねない。

広島県尾道市を中心に9薬局を展開するアプコ取締役の岡田啓司氏が、近隣の耳鼻科医と調査したところ、「症状が少し出始めた頃に治療を始めた患者は、シーズン中の治療満足度の高さと、薬局での総保険点数の低さのバランスが一番良かった」と話す。

治療開始の適切なタイミングをアドバイスするためには、薬局のある地域の花粉飛散状況を把握しておく必要がある。日本気象協会や環境省、ウェザーニューズなど民間の気象情報サービスが発表する花粉飛散予報をこまめにチェックしておくとういだろう。

アプコ東尾道薬局では、10年ほど前から薬局の庭にダーク型花粉捕集器を設置し、毎日、花粉量を計測し日本気象協会に報告。さらに、スギ花粉については同薬局の店頭に設置したボードやウェブサイトに掲載、希望者にはアドバイスを付けてメール配信もしている。岡田氏は「患者が自分の症状と飛散状況を把握することは、花粉症治療への参加意識につながる。患者はもちろん、処方医と十分にコミュニケーションを取ることで、より良いサポートが可能となる」と話す。

なお、日本気象協会によると、今シーズンのスギ花粉飛散量は例年に比べ



「例年、症状が強くなる患者には、早めを受診するよう伝えてほしい」と話す鈴木耳鼻咽喉科アレルギー科医院の鈴木直弘氏。