

花粉症かな？ と思ったら…

～処方薬ではジェネリックの活用を～

毎年この時期になると悩まされる、鼻水・鼻づまり、目のかゆみ…。いよいよ花粉シーズン到来です。今年はスギ花粉の飛散開始が例年より早く、花粉の飛散数は昨年比べて2～3倍になるところもあるとか。毎年花粉症に悩まされている人はもちろん、これまで大丈夫だったという人も油断は禁物です。早めの対策で症状を予防・緩和し、花粉シーズンを快適に乗り切りましょう！

花粉症（アレルギー）が起こるしくみ

- ① 花粉（アレルゲン）が鼻や目から入ってくる

- ② リンパ球が花粉を異物（抗原）と認識。過剰に反応して、「IgE 抗体」と呼ばれる抗体がつくられる

- ③ IgE 抗体は血液中や粘膜内にある「肥満細胞」の表面にくっつく

- ④ 再び花粉が体内に入ると、肥満細胞にくっついた IgE 抗体と花粉（抗原）が結合する（「抗原抗体反応」という）

- ⑤ 抗原抗体反応を引き金に、肥満細胞からアレルギー症状を引き起こすヒスタミンやロイコトリエンといった化学物質が放出される

- ⑥ ヒスタミンは知覚神経を刺激し、ロイコトリエンは粘膜の血管を刺激して、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、目の充血、なみだ目などの症状を引き起こす


花粉の季節のつらい症状はなぜ起こる？

花粉症とは、スギやヒノキなど植物の花粉が原因となり、鼻水や鼻づまり、目のかゆみなどといったアレルギー症状を引き起こす病気です。

私たちの体には、免疫というシステムが備わっています。細菌やウイルスなどの病原体が体内に侵入すると、免疫を構成する免疫細胞（リンパ球）はこれを異物（抗原）と認識し、抗体をつくって異物を排除します。このように免疫は本来、病原体から身を守るためのシステムなのですが、時に特定の物質に過敏に反応して働くことがあります。花粉を異物と認識して、花粉を排除しようと大袈裟に反応してしまうのです。これをアレルギー

といい、アレルギーを引き起こす原因となる物質をアレルゲンといいます。花粉は代表的なアレルゲンですが、ハウスダストや一部の食品などがアレルゲンとなり、さまざまなアレルギー症状を引き起こすこともあります。

今年花粉は昨年の2～3倍、未発症の人も油断できない

同じ花粉に曝_{ばく}されていても、花粉症になる人とならない人がいますが、基本的には花粉に対する IgE 抗体が体内で一定量（個人差あり）を超えるとアレルギー反応が起こるとされています。長年、花粉を吸い続けていると、その度に IgE 抗体がつくられて体内にたまってきます。これがその人の許容量を超えたときに、

花粉症を発症するというわけですが。去年まで無事だったという人も、今年たくさん花粉を吸い込むことで発症する可能性があります。

日本気象協会が発表した予測によると、昨年夏に気温が高く、日照時間が長く、雨の少なかった北陸、関東甲信、東北地方では、今春の花粉飛散数は例年並あるいはやや多くなるとしています。一方、低温、少雨、多雨だった四国、九州地方は例年よりも少ないところが多くなりそうです。ただ、北陸、関東甲信、東北地方は、昨シーズンの花粉飛散数が少なかつたため、昨年比で見ると今年の花粉飛散数は2～3倍になるともいわれています。今の季節、すでに屋外には花粉が飛んでいます。症状のある人はもちろん、未発症の人も、しっかり対策を講じましょう。

日常生活で気をつけたいこと

外出時

- マスク、眼鏡、帽子を着用
- 花粉が付着しにくいツルツル、さらさらした素材の服を選ぶ
- テレビやインターネットなどで花粉情報を入手し、花粉飛散数の多い日はできるだけ外出を避ける

帰宅時

- 玄関に入る前に、服や帽子に付いた花粉を払い落とす
- 手洗い、洗顔、うがいをして花粉を洗い流す

つらい症状を軽減させる 治療と予防対策

まずは早めに 病院へ

花粉症の症状の現れ方や重さは人それぞれです。また、薬の効果にも個人差があります。つらい症状をしっかり抑えるためには、医療機関を受診して自分に合った治療を受けることが大切です。できれば症状が出る前に治療を開始するのが効果的ですが、症状が出てしまっても遅くはありません。まずは症状が重い部位の診療科を受診するとよいでしょう。



治療の柱は 薬物療法

花粉症の治療は、薬を使った対症療法が中心となります。医師は症状の度合いや治療時期、患者さんのライフスタイルなどを考慮し、最適な薬を選びます。薬の効果や副作用について気

になることがあれば医師に相談し、薬の見直しなどを行いながら、より自分に合った治療法を見つけましょう。

花粉症の治療薬（処方薬）

薬の種類	作用と特徴	剤型
抗アレルギー薬	ヒスタミンの発生そのものを抑える作用がある。作用はそれほど強力ではないが、副作用の少ない薬が多い。花粉の飛散開始2週間くらい前から飲み始めることで、予防効果が期待できる。	飲み薬、点鼻薬、点眼薬
抗ヒスタミン薬（第1世代）	発生したヒスタミンの働きを抑える作用があり、症状がひどい時や花粉の飛散ピーク時などに即効性が期待できる。ただし、眠気などの副作用は抗アレルギー薬よりも強く感じる人が多い。	飲み薬、点鼻薬、点眼薬
抗ヒスタミン薬（第2世代）	眠気や口の渇きなどの副作用を軽減。抗アレルギー作用を併せ持つものもあり、現在はこの第2世代抗ヒスタミン薬が使われることが多い。	飲み薬
ステロイド薬	免疫の反応性を低下させることで、アレルギー反応を抑えるとともに、鼻や目の粘膜の炎症を鎮める作用がある。強力な効果を持つ反面、感染症や胃潰瘍、骨粗しょう症など、さまざまな副作用があるので、医師の指示のもと慎重に用いることが重要。	飲み薬、点鼻薬、点眼薬
血管収縮薬	鼻の粘膜の血管を収縮させ、粘膜の腫れを取り除くことで鼻づまりを改善する。使い過ぎると症状が悪化することがあるので、注意が必要。	点鼻薬

ジェネリックを活用すれば、家計の負担も 軽減 できる！

花粉症を発症すると、毎年花粉の時期には治療が必要になります。しかも薬は花粉が飛んでいる期間（2～5月の約4ヵ月間）、毎日使うものがほとんどですので、処方薬はジェネリック医薬品（後発医薬品）を活用すると、薬代の負担を軽減する

ことができます。ジェネリック医薬品は、新薬に比べて大幅に開発費を削減できるため、新薬と同じ有効成分で、効能・効果、品質、安全性が同等でありながら、価格の安い医薬品です。

ジェネリック医薬品と新薬の薬代比較（一例）

用法	新薬	1ヵ月分の負担額	ジェネリック医薬品	1ヵ月分の負担額	1ヵ月分の差額
1日1錠	アレジオン錠 20	1,215 円	エビナスチン塩酸塩錠 20mg 「CHOS」	297 円	918 円
1日2錠	サジテンカプセル 1mg	1,013 円	ケトチフェンカプセル 1mg 「タイヨー」	104 円	909 円
1ヵ月2本	インタール点眼液 2%	423 円	シズレミン点眼液 2% 他	106 円	317 円
1ヵ月2本	フルナーゼ点鼻液 50μg/56噴霧用	911 円	プロピオン酸フルチカゾン点鼻液 50μg 「CH」 56噴霧用	382 円	529 円

※ 1ヵ月 30日、自己負担額3割、ジェネリック医薬品は最も薬価が安い医薬品を選び計算しています（2014年12月16日現在）。

※ 薬局では、薬代のほかに調剤技術料や薬学管理料などがかかります。

※ すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。また同じ有効成分のジェネリック医薬品でも、メーカーによって価格は異なります。

「レセネット加盟薬局」をご利用ください

IBM 健保組合では、支払基金を経由せずに調剤薬局が健保組合へ直接請求できる「調剤レセプトの直接審査・支払」制度を実施しています。

この制度に参加しているのが「レセネット」に加盟している調剤薬局で、全国で2,000薬局を超え、現在増え続けています。医師の処方せんで薬をもらう際には、ぜひお近くのレセネット加盟薬局をご利用ください。

詳しくは HP へ（加盟薬局一覧）

HOME ＞ 調剤薬局情報 ＞ 「調剤レセプトの直接審査・支払」に参加されている調剤薬局

