



アカデミック・専門医による
花粉症・ちくのう症最新事情
『日常生活とくすり』



NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会

目次

P2. これって、風邪？花粉症？鼻洗浄は有効ですか？

P3. 花粉症のお薬と新規抗体治療薬

P4. ちくのう症のお薬と新規抗体治療

P5. 花粉症に対する舌下免疫療法の威力

P6. 粘膜保護スプレーの「マスク機能」



大久保公裕 先生

オオクボ キミヒロ

日本医科大学大学院医学研究科 頭頸部感覚器科学分野 教授
NPO「花粉症・花副鼻腔炎治療推進会」理事長
免疫アレルギー性疾患を専門に研究し、花粉症治療の第一人者。
国や企業と共同でアレルギー性鼻炎の新しい治療法を
研究開発している。

松根彰志 先生

マツネ ショウジ

日本医科大学医学部 耳鼻咽喉科学 教授
NPO「花粉症・花副鼻腔炎治療推進会」事務局長
難治性副鼻腔炎（好酸球性副鼻腔炎など）の研究をし、
副鼻腔炎のカテーテル治療にも積極的に取り組んでいる。
日本医科大学武蔵小杉病院耳鼻咽喉科部長も務める。



NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会

これって、風邪？花粉症？ 鼻洗浄は有効ですか？



風邪と花粉症の見分け方

花粉症でも風邪でも、くしゃみ・鼻水・鼻づまりは起こります。
花粉症の場合は目のかゆみもよく伴います。また、鼻の中がかゆかったり、頭や皮膚のかゆみも起こります。
しかし、風邪で目などのかゆみが起こることはほぼありません。
風邪の場合は、熱が出る場合があります。また節々の痛み・全身のだるさが起こるのも特徴です。
花粉症の場合は微熱が出ることはあっても、高熱が出ることはありません。また全身のだるさは稀です。
風邪は症状が出てからすぐの変化があります。例えば、最初は透明の鼻水でも、やがて黄色くなり、固くなって止まっていきます。期間は1週間程度と短い流れです。
一方、花粉症の場合は、花粉が飛び始める2月から始まって、飛散が弱まる5月連休まで症状が続きます。長期の流れのなかで、症状がひどくなり、徐々に治っていきます。

症状	風邪	花粉症
くしゃみ・鼻水・鼻づまり	○	○
目のかゆみ	×	○
鼻のかゆみ	×	○
高熱	○	×
全身のだるさ	○	×
黄色いネバネバ鼻水	○	×
症状の長さ	短期	長期

風邪・花粉症におすすめの対策法とは

風邪も花粉症でも、マスク・手洗い・うがいは予防に有効ですが、加えて鼻洗浄（鼻うがい）をするといいでしょう。
ウイルスや花粉は鼻から侵入することが多く、鼻の奥にはアデノイド（咽頭扁桃）というリンパの装置があり、ここで一番多く反応します。よって、鼻洗浄でウイルスや花粉を洗い流すのは、風邪や花粉症の予防や緩和に効果的なのです。



花粉症のお薬と 新規抗体治療薬



花粉症には抗ヒスタミン薬が基本

花粉症治療に用いられる薬の中心は第2世代抗ヒスタミン薬です。鼻水・くしゃみを止めるための飲み薬ですが、それだけでなく全身的な症状に効きます。

「第1世代」の抗ヒスタミン薬は眠気などの副作用が心配されましたが、「第2世代」ではそれらが改善され、眠くなりにくいタイプのお薬も多く登場しています。

また、第2世代抗ヒスタミン薬の一部は、ドラッグストアなどで買えるスイッチOTC薬にもなっています。

他には、鼻のつまりを取る点鼻薬（鼻スプレー）・目のかゆみを取る点眼薬（目薬）があります。



最新の抗体治療とは

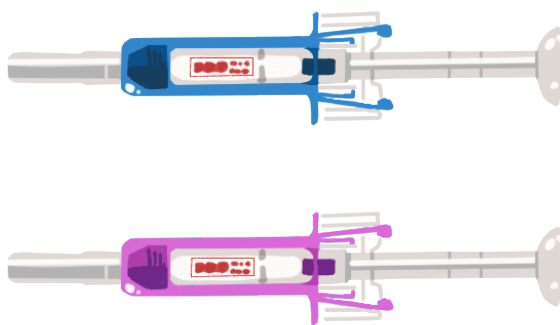
2020年から一般名は「オマリズマブ」、発売名は「ゾレア」という薬剤を用いた花粉症向けの抗体治療が始まりました。

ゾレアは重症の気管支喘息やじんましんに世界中で使用されていますが、日本では花粉症でも使用できるようになりました。

対象となるのは、1日に10回以上鼻をかむ・10回以上くしゃみが出る・鼻づまりで眠れないなどの重症な花粉症患者で、筋肉注射で薬剤を投与します。

患者さんのスギ花粉の抗体や体重で投与する薬の量や頻度は変わりますが、4週間に1回が基本です。

効果が高い分、他の治療より費用が高いものの、花粉症シーズンにおおよそ1回ないしは2回の注射でいいので、良い治療法だと言えます。



ちくのう症のお薬と 新規抗体治療

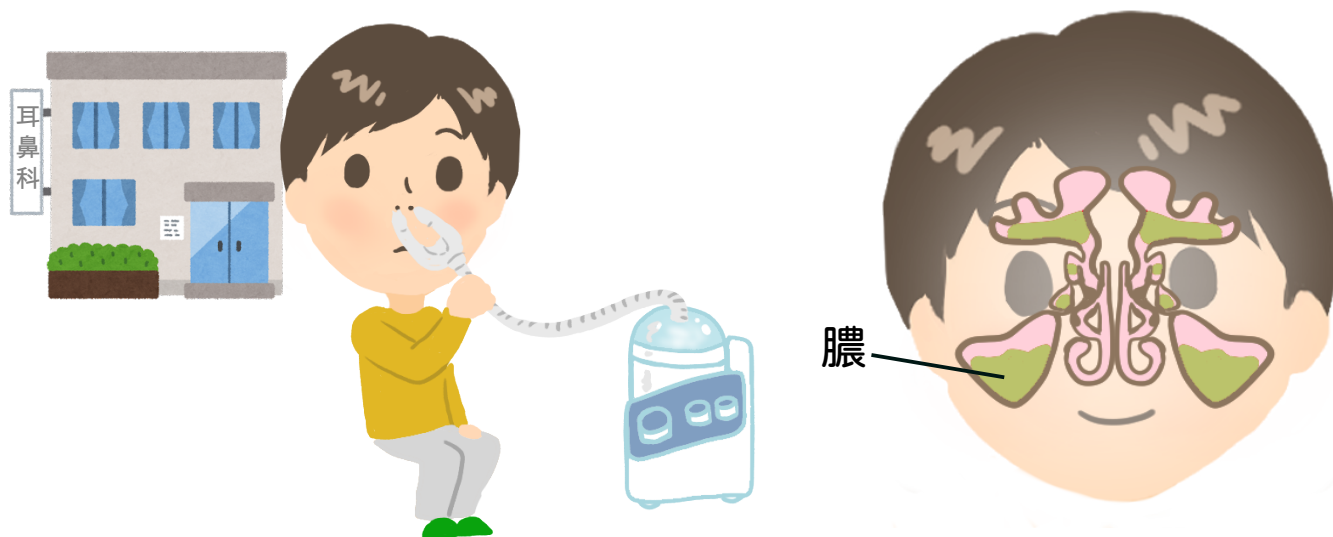


ちくのう症（副鼻腔炎）の治療

ちくのう症には、マクロライド療法があります。マクロライドとは抗生物質の一種で、本来細菌感染に用いられる治療薬です。

これを容量を少なくして長く使用します。痰を切る薬を使用することもあります。

他に、通院による治療として、鼻の治療をして鼻の中をきれいにしてから、ネブライザー（吸入器）で吸入薬の噴霧を行うことがあります。



ちくのう症（副鼻腔炎）の抗体治療

副鼻腔炎の中でも、近年問題になっているのが難治性副鼻腔炎（好酸球性副鼻腔炎）です。これに対して、抗体治療薬（生物学的製剤）を用いた治療が始まっています。

抗体治療薬は、病気の中で最も重要な働きをしているサイトカイン（炎症を制御するもの）あるいは免疫グロブリン（異物が体内に入った時に排除するように働く抗体）に直接付いて阻止する薬です。

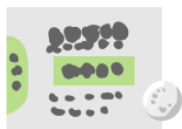
日本でも約2年前から難治性の副鼻腔炎に使用できるようになりました。



花粉症に対する 舌下免疫療法の威力



花粉症を根本的に治す方法



花粉症は、スギ花粉が体の中に侵入するとそれを異物だと認識して、くしゃみで吹き飛ばす・鼻水で洗い流す・鼻づまりで体に入れなくするなどの体の防御によって起こる症状です。



そこで、スギ花粉エキスを少しずつ体内に取り入れて、「スギ花粉は大丈夫なんだ」と体に慣れさせて治すのがアレルギー免疫療法です。

舌下免疫療法とは

スギ花粉を体内に入れるために今までは注射を用いていましたが、近年、舌の下に置いて溶かす錠剤「シダキュア」ができました。

毎日、舌の下に薬を置いて1分間後に飲み込むやり方です。

おおよそ5歳以上から治療を受けることができます。

治療を開始できるタイミングは、スギ花粉が飛散していない5月中旬から12月末頃までです。



治療期間は3年以上

例えば12月から舌下免疫療法を始めても、翌年の1月～2月に効果が出始めます。

花粉症シーズン中ずっと飲んでいた薬の量が、治療1年目で1か月分ぐらいになり、2年目に入るとそれが1週間程度に、3年目になると薬をほとんど使用しなくなるケースも少なくありません。

このように、スギ花粉に体を慣らすためには3年以上の治療期間を想定してください。

10年間花粉症だった人が1年間の治療では治りにくく、免疫を変えるためには、3年間程度は必要です。

トリー さんの	ア	レ	ル	ゲ	ン
免	疫	療	法	ナ	ビ

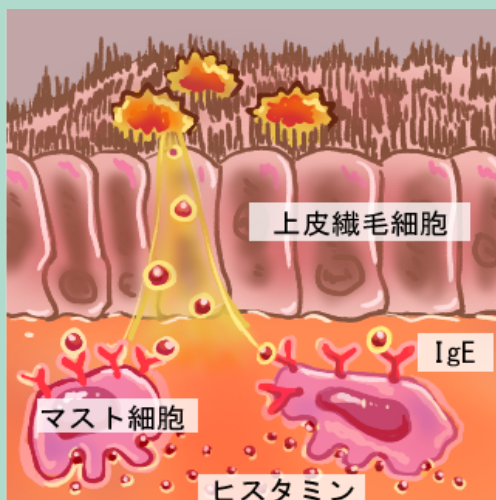
鳥居薬品のアレルギー免疫療法専門サイト

“舌下免疫療法”について
知りたい方はこちら

粘膜保護スプレーの 「マスク機能」



アレルギー発症図解



- ①鼻粘膜をアレルギーが通過
- ② IgE にアレルギーが付着
- ③マスト細胞からヒスタミンが放出
→アレルギー症状が出る

粘膜保護スプレー(ナサリーズ)は①の予防
『粘膜の表面を広く保護』します

鼻腔粘膜保護材(ナサリーズ)とは

鼻腔粘膜保護材は、鼻の中に霧吹きのようなもので吹きかけると、セルロースという物質が鼻の中の水分を含んで膜状に広がり、鼻の中をコーティングします。その結果、花粉などのアレルギーが鼻粘膜に接することがなくなるので、理論上は花粉症が起こらなくなる、または予防できるというものです。

花粉症で口や鼻にマスクをするように、鼻の粘膜の上にマスクをかぶせるものと思ってください。

この製品は2002年に英国で医療機器として発売され、現在では世界50カ国以上で使用されています。日本でも2022年10月から販売が開始されました。

既存の鼻スプレー(点鼻薬)との違いは？

既存の鼻スプレー(点鼻薬)には粘膜の腫れを収縮させる薬や炎症をとる薬が含まれています。しかし、鼻腔粘膜保護材に薬剤は含まれていません。主成分はセルロースの一種で、セルロースは食品にも使用されるものです。よって、副作用を心配することなく使用できるのが利点です。



使用方法

1日3回を目安に、症状に応じて適宜調整してください。
医療用医薬品ではないので、処方箋は要りません。
主に調剤薬局で手に入れることができます。

Nasaleze® ナサリーズ





NPO 花粉症・鼻副鼻腔炎治療推進会のご紹介

当 NPO は、平成 25 年（2013 年）10 月に東京都庁への届け出などを完了して活動を開始しました。
対象は、スギ花粉症をはじめとするアレルギー性鼻炎や難治性の副鼻腔炎（蓄膿症）など お鼻の困りごと！
市民講座に加え、web や動画を用いた啓発活動に力を入れています。

- 目的 1. 市民の皆様、診療や研究に基づく大学病院発の正しい情報をお届けする。
- 目的 2. 研究活動や研究会開催、講演会などを支援する。

