

(有) 静岡健康企画	ことぶき薬局	TEL 0559(77)6024	FAX 0559(77)0890
	たまち薬局	054(251)1678	054(251)1685
	ひまわり薬局	053(463)4312	053(460)4612
	みかん薬局	053(584)2230	053(584)2240

花粉症で苦労されている方も多いとおもいます。

今回はアレルギー性鼻炎の種類と、生活上の注意点についてお話したいと思います。

Q・・・アレルギー性鼻炎とは？

A・・・吸入されたアレルゲンによって起こるアレルギー疾患です。

アレルギー性鼻炎は、ダニ・ハウスダストや花粉などによって起こるアレルギー性疾患です。生体にとって異物であるダニ・ハウスダストや花粉はアレルゲンと呼ばれ、アレルギーの原因となります。これらを鼻から吸い込むと、生体が過剰に反応し、連続するくしゃみや水性の鼻水、鼻づまりなどの症状がみられます。

アレルギー性鼻炎の治療は、アレルゲンの除去・回避が基本となります。しかし、多くの場合、薬物による治療が必要となります。

Q・・・アレルギー性鼻炎の種類は？

A・・・通年性と季節性の2種類があります。

アレルギー性鼻炎は、その発症時期によって通年性と季節性に分類されます。通年性はほぼ1年を通して症状がみられます。通年性の多くは、ダニやハウスダストによるものです。季節性はある季節のみ発症するもので、そのほとんどは花粉によるアレルギー(花粉症)です。花粉症は通年性に比べ、鼻づまりよりくしゃみ・鼻水の程度が強い場合が多く、眼症状、のどのかゆみを伴うことも多いのが特徴です。

Q・・・生活環境で注意することは？

A・・・アレルゲンを見つけだし、除去・回避に努めましょう。

まず、アレルゲンを突き止め、それらを身の回りから除去・回避することが大切です。

アレルギー性鼻炎でアレルゲンとして多くみられるダニ・ハウスダストの場合には、畳にカーペットを敷いたり、寝具を敷いたままにするなどのダニが繁殖しやすい環境を改善することが重要です。また、部屋に置く家具などを少なくし通気を心掛け、掃除をこまめにするなども効果的です。

症状の特徴

三大症状(くしゃみ・鼻水・鼻づまり)が2週間以上続く。

花粉症では三大症状に加え、目のかゆみを示すことが特徴です。

お子さんにくすりを上手に飲ませるためのヒント

お薬シリーズ Part 1

パパ・ママにとってお子さんにどうやってお薬を飲ませるか悩むことがあると思います。一般的なお薬の飲ませ方についてのヒントとして参考にしてみてください。

【水剤・シロップ剤】

1. 軽く振って中身を均一にします。
2. スプーンやスポイトを使って、指示量を正確に測ります。
(ビンから直接飲ませることはやめてください。残った薬が汚染され、量も不正確となります)
3. スプーンやスポイトを使って、なるべく口の奥に流し込みます。
カビや細菌などの汚染を受けやすい為、冷蔵庫に保管してください。飲み残したお薬があったとしても、調剤日より1週間を過ぎたものは捨ててください。
お薬を作る時、目盛りをあわせるために、水で少し薄めて作っていますので、同じ薬でも処方日数により、1回量が違うことがあります。

【粉薬(顆粒剤)】

1. 粉薬を口の中に入れます。
2. お水または白湯で飲ませます。
粉薬をそのまま与えると、うまく飲めないお子さんには・・・
 - ・ 少量の水や白湯で練り、頬の内側や上あごにくすりつけ飲ませます。
 - ・ 少量の水や白湯に溶かして、シロップ剤と同じように飲ませます。

【ドライシロップ剤】

1. 粉薬と同じように飲ませます。
粉薬をうまく飲めないお子さんには・・・
2. 少量の水に溶かして、シロップにします。
(多めの水に溶かすと、途中で薬の味がわかり、飲みきれないことがあります)
3. シロップ剤と同じように飲ませます。
クラリシロップ、ケトテンドライシロップは水に溶かすと、苦味が強く感じる場合があります。
シロップ剤、粉薬、ドライシロップ剤は飲む度に、1回分を全て混ぜてもかまいません。

【錠剤・カプセル剤】

お水または白湯と一緒に飲ませます。
お子さんを座らせた状態で飲ませてください(寝かせたままだとどに詰まる可能性があります)
飲んだ後、口の中に薬が残っていないかどうかを確認してください。

【それでも飲めない時に】

チョコレート、プリンやココア、アイスクリーム、いちごジャム、蜂蜜のような甘味の強い食品に混ぜてみてください。(この場合、混ぜた食品を全部食べさせること。)ヨーグルトなどの乳酸菌製剤やイオン水、服用ゼリーなどは逆に苦味が強調されることがあります。また、蜂蜜は乳児には避けてください。それでも飲めなかったら、薬剤師にご相談ください。

【注意して欲しいこと】

ミルクや牛乳には原則として混ぜないで下さい。ミルクの味が変わってしまい、その後ミルク嫌いの原因になります。

来月号は小児の外用剤の使い方です。