

花粉症の治療について ～知っておきたいこと～

花粉症のシーズンがやってまいりました。今年は昨年より5倍近い量の花粉が舞うと予想されていますので、注意が必要です。

さて、花粉症の症状は、目のかゆみや、くしゃみ、鼻水ということはご存知かと思えます。この症状があるだけでも、仕事の能率は下がりますし、受験生などは、集中力が落ちて、困るのではないかと思います。そこで、花粉症の人は、いろいろと薬を使いますが、この薬にも注意が必要です。

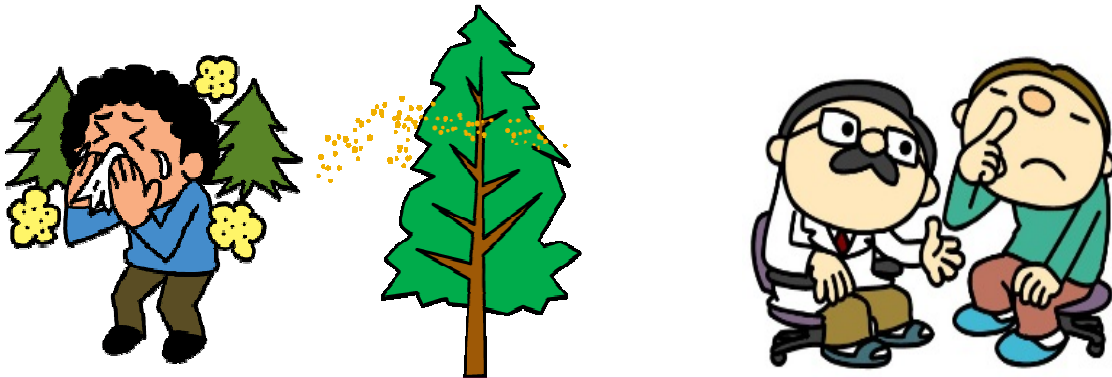
花粉症の症状を抑えるために、一般的には抗ヒスタミン薬が使われますが、そこに落とし穴があるのです。市販の花粉症治療薬や、市販の風邪薬には、第一世代の抗ヒスタミン薬が使用されています。

第一世代の抗ヒスタミン薬は、脳の中に入って行き、人間の集中力や学習能力を落としてしまう作用を持っています。風邪薬を飲むと眠くなる人がいるのはそのためです。

第一世代の抗ヒスタミン薬を含んだお薬の説明書には、必ず、「車の運転等、危険を伴う作業に従事することは止めるよう」注意書きに書いてありますが、読んだことのある人は少ないと思います。もっと怖いのは、本人は、眠気を感じていなくても、集中力や作業能力、反射神経（これらを総称してパフォーマンスと呼びます）は鈍っているという実験結果がありますので、「私は眠くならないから、大丈夫！」などと、侮ってはいけません。点眼薬や点鼻薬でも、パフォーマンスが落ちることがありますので、要注意です。

近年、脳への移行が少ない、新たな抗ヒスタミン薬が開発されました。その中でも、脳への移行が少なく、運転や勉強等のパフォーマンスに影響を殆ど及ぼさないと証明されている薬剤は、ほんの一握りだけです。また、パフォーマンスに影響を与えない抗アレルギー薬と称する薬品類もあります。

常時車を運転する人、危険な作業を行う人、集中力を要する作業（学問を含む）を行う人で、パフォーマンスを落とすたくない方、また、従業員やご家族に、パフォーマンスを落とされては困る方は、これらの薬を上手に組み合わせた治療方法を薦めてくれる医師にご相談ください。



多摩東部地域産業保健センター

181-0014東京都三鷹市野崎1-7-23 三鷹市医師会館内

電話番号:0422-47-2155 FAX 番号:0422-48-0982 電子メール: sanpo@mitaka.tokyo.med.or.jp