

アレルギー性鼻炎（花粉症を含む）

今年もスギ花粉症の季節が始まりました。

ゆううつな方も多いと思います。

外来には花粉症の薬を取りに来られる方が増えてきました。

軽い症状の人から中等症の人までおられます。

点眼薬、点鼻薬で済む人から、がっつりと薬を飲まない日常生活に支障が出る人もいます。

1人1人の症状に合わせて、上手に薬を使用していただけるとありがたいです。



3大症状

くしゃみ

鼻、眼、皮膚のかゆみ

鼻づまり、咳、喘息発作

これらは1つの抗アレルギー薬で対応できます。副作用は眠気とバド、鼻腔の乾燥です。

鼻水

鼻づまり

これらは1つの抗アレルギー薬で対応できます。こちらの薬は眠気などの副作用はありません。

症状	西洋薬	漢方薬	応用	さらに応用
くしゃみ 鼻水 鼻づまり	ジルテック ザイザル ラザレックス ピラノ アレック アレグラ etc	(19)小青竜湯 (127)麻黄附子細辛湯 (119)苓甘姜味辛夏仁湯	(19)小青竜湯+プソ末 (19)小青竜湯+(127)麻黄附子細辛湯 (19)小青竜湯+(95)五虎湯	西洋薬+漢方薬 など
鼻づまり 咳	オノン キプレス (シングレア)	(2)葛根湯加川芎辛夷 (104)辛夷清肺湯 (50)荆芥連翹湯	(2)+(19) or (127) (2)+(104) (104)+(50)	

これらはジェネリック商品が存在します。

さらにお勉強

アレルギー性鼻炎で「くしゃみ、鼻水、鼻づまり」の症状が全く出ないで、咳ばかり出て止まらない人、喘息発作が出る人、肌が荒れて真赤になる人などが起こる日があります。

抗アレルギー薬を飲むと、どうしても眠気が出る、倦怠感を伴う人には漢方薬をおすすめします。漢方薬を飲んででも、眠気、倦怠感は起こりません。

麻黄が入っている漢方薬を飲める人は、むしる目が冴える、鼻腔、気管支炎が拡張します（開きます）。

フレイル

フレイルとは、...

フレイルとは、加齢に伴って、臓器の予備機能が低下する事により感染症などの急性のストレスに対して、脆弱性を示す状態をいい、要介護に陥るリスクが高い状態です。

フレイルの特徴としては、食欲不振に伴う低栄養や骨格筋の減少を来すサルコペニアを伴いやすく、疲労感、認知機能の低下、うつにも陥りやすいです。しかし、フレイルとなっても適切な栄養摂取や運動により健康な状態へ回復し得る可逆性を持ちます。

漢方治療のポイント

- 漢方医学的には、虚弱な状態に対し人参を含む漢方薬を主に用いる。食欲不振には六君子湯を、倦怠感には補中益気湯や人参養榮湯が選択される。不安や不眠などの精神症状に加味補脾湯や補脾湯が適応となります。
- 痛みやしびれに対しては、附子を含む八味地黄丸や牛車腎気丸が選択されます。
- 人参養榮湯、八味地黄丸、牛車腎気丸には地黄という生薬が含まれ、胃腸症状に注意して使用する必要があります。

フレイルに使える漢方薬

①疲労、食欲不振	(41)補中益気湯、(43)六君子湯、(108)人参養榮湯
②精神不安、不眠	(137)加味補脾湯、(65)補脾湯
③痛み、脱力感	(7)八味地黄丸、(107)牛車腎気丸

※よく使われる漢方薬を上記しましたが、これ以外にもフレイルに使える漢方薬があります。気楽に相談して下さい。

お知らせ

岐阜市の漢方外来予定日 3月9日(土)、23日(土)

14:00-17:30 場所:中島小児科(岐阜市鍵屋東町2-1)
※すべて「院外処方」となります。

小児夜間急病センター当番日 3月1日(金)

19:30-22:30(受付) 場所:岐阜市民病院にて

休診のお知らせ

3月13日(水) 都合により休診します。よろしくお願ひします。