わたしの健康とくすり

第369号

今月の内容

- 疾患シリーズ　慢性蕁麻疹（まんせいじんましん）について
- ちょっとお耳を……　その鼻水風邪じゃないかも？
- 秋にも注意！ 知っておきたい「秋の花粉」
- おくすりＱ＆Ａ　アレジオン® 眼瞼クリームについて

2026 年 10 月発行

発行者　八王子薬剤センター　橘 隆二
東京都八王子市館町 1097　電話 042-666-0931

協　力　八王子薬剤師会

おくすり Q&A
アレジオン® 眼瞼クリームについて

Q. アレジオン® 眼瞼クリームとはどんなお薬ですか？

A. アレルギー性結膜炎による目のかゆみなどの症状を抑える抗アレルギー薬（有効成分：エピナスチン塩酸塩）です。最大の特徴は、世界初の「まぶたに塗るタイプ」の眼科用塗布剤である点です。従来の点眼薬（目薬）とは異なり、まぶたの皮膚から成分が吸収されて効果を発揮します。なお、ステロイド成分は含まれていません。

Q. どのような人におすすめですか？

A. 以下のような方に特に適しています。

- 点眼が苦手な方：目に液体を入れるのが怖い方や、お子さま、高齢の方。
- 日中の点眼が難しい方：仕事や学校、外出中で頻繁に目薬を差す時間が取れない方。
- コンタクトレンズ使用者：レンズを装着したまま過ごす時間が長く、点眼の手間を減らしたい方。
- 点眼薬で刺激を感じやすい方：点眼時のしみる感じや痛みが苦手な方。

Q. 正しい使い方と塗るタイミングは？

A. 通常、１日１回ご使用いただけます。

1. 石鹸できれいに手を洗います。
2. 片目につき適量（チューブから約 1.3cm、第一関節の半分程度）を清潔な指先に出します。
3. 両目を閉じ、上下のまぶた全体（目頭から目尻にかけて）に優しくなじませます。

【塗るタイミング】

塗った直後に洗顔や入浴をすると成分が流れてしまうため、夜の入浴・洗顔を済ませた後から就寝前に使用するのが最も効果的です。

Q. 使用する際の注意点や目に入った場合の対処法は？

A. まぶたの外側に塗るお薬ですので、目の中に直接入れないでください。万が一、直接目に入ってしまった場合は、擦らずにすぐに水またはぬるま湯で充分に洗い流してください。

Q. 他の目薬やコンタクトレンズ、メイクとの併用は可能ですか？

A.

- 他の目薬：点眼薬を併用する場合は、先に点眼を行ってから、仕上げとして最後にアレジオン眼瞼クリームを塗布してください。
- コンタクトレンズ：塗布する前にレンズを外し、クリームをしっかりとなじませてから再装着することをおすすめします。
- スキンケア・メイク：化粧水や乳液などのスキンケア、アイメイクを行う場合は、本剤を塗布してしっかりとなじんだ後に行ってください。

Q. 主な副作用にはどのようなものがありますか？

A. 主な副作用として、塗布した部位（まぶた）の赤み、かゆみ、刺激感、接触皮膚炎（かぶれ）などが報告されています。使用後にまぶたのはれや赤みが強くなる場合は、使用を中止して処方された医師または薬剤師にご相談ください。

※アレジオン® 眼瞼クリームは医師の処方箋が必要な医療用医薬品です。実際の使用にあたっては必ず医師の診察を受け、指示に従って正しくご使用ください。

執筆薬剤師　濱中 亜寿香

疾患シリーズ

慢性蕁麻疹（まんせいじんましん）について

蕁麻疹とは？

蕁麻疹は、**皮膚の一部が突然赤くなり、強いかゆみを伴う疾患**です。多くは数時間以内に跡を残さず消えますが、症状が繰り返し、6週間以上続く場合は「慢性蕁麻疹」と呼ばれます。
ストレス、疲労、気温変化、特定の食品や添加物、薬などがきっかけになることもありますが、検査で特定できないことがほとんどです。そういったものを「特発性（原因不明）蕁麻疹」と呼びます。

蕁麻疹はなぜ起こるの？

蕁麻疹は、**皮膚にあるマスト細胞から「ヒスタミン」などの物質が放出される**ことで起こります。ヒスタミンが皮膚の血管や神経に作用することで、赤みや腫れ、かゆみが生じます。

治療にはどんな薬を使うの？

ヒスタミンの働きを抑える「**抗ヒスタミン薬**」が中心となります。抗ヒスタミン薬の中には眠気が出るものもあるため、車の運転などをする方は注意が必要です。現在は、眠気の比較的少ない「**第2世代抗ヒスタミン薬**」がよく使われます。眠気の出やすさは人によって異なるため、服用後の生活に影響がある場合は、医師にご相談ください。また、症状が続く場合には、医師の判断で薬の種類や量を変更することがあります。近年では、抗ヒスタミン薬では十分に症状を抑えられない場合の新しい治療の選択肢として、**注射薬**もあります。

蕁麻疹への対処法（薬物治療以外）

- 熱いお湯や長時間の入浴を避け、**ぬるめのお湯で短時間**に済ませる
- **冷たいタオルや保冷剤**を当てる（※寒冷蕁麻疹を除く）
- 下着や衣類は、**肌への刺激が少ないもの**を選ぶ
- かくことで症状が悪化することがあるため、**かかない**ようにする

慢性蕁麻疹の治療において、薬剤師として特にお伝えしたいのは、症状が落ち着いているからといって自己判断で薬を中止してはいけないということです。蕁麻疹は、かゆみや発疹などの症状が一時的に治まっていても、まだ症状が出やすい状態が続いていることがあります。そのため、自己判断で中止すると、再び症状が出てしまうことがあります。治療では、症状が落ち着いている状態を維持していくことが最も重要です。医師と相談しながら、症状に合わせて治療を続けていきましょう。

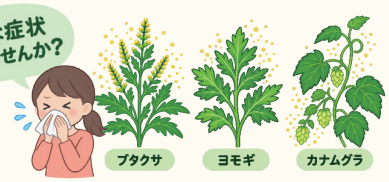
執筆薬剤師　中島 千春

ちょっとお耳を……その鼻水風邪じゃないかも？ 秋にも注意！ 知っておきたい「秋の花粉」

皆さん、「花粉症」と聞くと春のスギやヒノキを思い浮かべませんか？ 実は、花粉症は春だけではありません。秋にはブタクサやヨモギ、カナムグラなどの花粉が飛散し、くしゃみや鼻水、目のかゆみなどを引き起こすことがあります。特に近年では地球温暖化の影響で、秋の花粉の飛散が長引いている傾向にあります。秋は朝晩の気温差も大きく、「風邪かな？」と見過ごしてしまうこともあります。そこで今回は、秋の花粉症の特徴と今日からできる対策をご紹介します。

❶ 秋にも花粉症はある！風邪との違いをチェック

- □ くしゃみが続く
- □ 透明でサラサラした鼻水が出る
- □ 目のかゆみや充血がある
- □ 発熱はない
- □ 毎年秋ごろに同じ症状が出る
- □ 外出後や草むらの近くで症状が強くなる



→チェックが多い場合は秋の花粉症かもしれません。風邪では、のどの痛みや全身のだるさ、発熱を伴うことが多いのが特徴です。症状が続く場合や日常生活に支障がある場合には医療機関に相談しましょう。

❷ 今すぐできる！秋の花粉症対策

ブタクサやヨモギなど秋の花粉症の原因となる植物は、道端や河川敷、空き地などに生えています。花粉の飛散距離が比較的短いので、草むらを避けて散歩や通学のルートを変えることが有効です。近くを通るときはマスクや眼鏡で花粉を防ぎましょう。帰宅したら玄関先で衣服についた花粉を払い、手洗い・洗顔を行うことも大切です。表面がなめらかな衣服を選ぶことや、こまめに室内を掃除することも、花粉を持ち込まない工夫になります。

❸ 症状が出てしまったら？正しく使おう「花粉症のお薬」

花粉症には、抗ヒスタミン薬、点鼻薬、点眼薬などが用いられます。市販薬もありますが、薬によっては眠気や注意力の低下が起こることがあり、自動車の運転に注意が必要なこともあります。また、風邪薬や鼻炎薬や点眼薬を併用すると同じ成分を重ねてしまうことがあります。薬を選ぶときは説明書を確認し、使用中の薬がある場合には医師や薬剤師に相談しましょう。

執筆者：実務実習生　林 理香子（監修薬剤師：加藤 哲教）