

# アレルギー薬の使い方 ～湿疹・花粉症・じんましん～

まず、マスクを外出時につけること！（症状が半分以下になります）

- ① 『よく効く』薬は『だるくなる』
- ② 『だるくならない』薬は『効きが悪い』
- ③ あなたにあった『よく効き、だるくならない』薬を探すため、何種類か服用し、試してみる必要があります。
- ④ 自分に合う薬をみつけたら、薬の名前を覚えておくことが大切です。

## ●実際の方法●

I：《基本の薬》を1種類飲む。

どれか1つなくなるまで服用したら、次を服用してください。

### I【基本薬の名前】

①
②
③
④
⑤ 鼻づまり専門薬キプレス1回/日・バイナス2回/日

II：それでも効かない場合は《追加薬》を基本薬に加えて飲む。

### II【追加薬の名前】

a
b

※Iだけより、I+IIの方がだるくなる確率が高い。

（頓用）鼻水・鼻づまりがひどい時に

- A：19小青竜湯を2～3包/回  
127麻黄附子細辛湯4cap/回  
注）胃の弱い方はムカムカすることがあります。
- B：ステロイド剤（プレドニン・サクコルチン）を服用。

### （外用併用）

目：リボスチレン点眼・フルオロメトロン点眼  
鼻：リボスチレン点鼻・アルロイヤー点鼻  
エルザス鼻吸入

## 効き目と眠気について

	効き目	弱	中	強
	眠気	出にくい	中くらい	出やすい
基本薬	抗アレルギー薬	弱 ↓ 強 フェキソフェナジン(2回/日) エピナスチン(1回/日) ロラタジン(1回/日)	弱 ↓ 強 ディレグラ(2回/日) セチリジン(1回/日) アゼラスチン(2回/日) エバスチン(1回/日) ザイザル(1回/日)	弱 ↓ 強 ガーランド(2回/日) ケトチフェン(2回/日) オロパタジン(2回/日) エメダスチン(2回/日) タリオン(2回/日)
		抗ヒスタミン薬	ヒスポラン(2回/日)	
追加薬	鼻づまり専門薬	キプレス(1回/日) バイナス(2回/日)		
	咳止め	プランルカスト(2回/日)		
	その他	スプラタストトシル(2回/日) アルジキサル(2回/日)		