

鼻炎

今年は鼻炎のひどい年といわれていますが、いかがでしょうか？花粉症の原因は特定の花粉に対しての強いアレルギー反応で鼻粘膜が荒れくしゃみが出るのです。こういう場合は花粉を吸わない対策と、服装や寝具の日干しで持ち込まれる花粉を防ぐなどの注意が必要です。

鼻炎薬それぞれにあった薬を選ぶことが大切ですが、他の薬を常時服用している方で特に甲状腺機能亢進症、前立腺肥大、骨粗鬆症、高血圧、喘息、緑内障、腎障害の方は使っている薬によって通常の鼻炎薬と合わない場合もありますので、専門の医師や薬局の薬剤師に相談して選ぶことが大切です。CMなどには惑わされないことです。

漢方的には鼻炎には冷えが良くないということが言われていますので、特に冬場は体を冷やすようなものは注意するといつの間にか症状が軽くなります。ただし効果はゆっくりで年単位ですが大切なことです。

鼻炎に効く漢方薬も数多くありますが、ほとんどが体を温める作用を持つ薬草の組み合わせです。代表的なのは小青竜湯ですが効果が見られない場合は食事のことも含め、漢方に詳しい医師や薬局の薬剤師に相談してみましょう。