



健やか豆知識 第47回

Q. 子どものステロイド点鼻薬の  
使い方で間違っているのは  
どれ?



- I 決められた回数を守る
- II 副作用が心配なので少な目に使う
- III 鼻をかんでから使う

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

一人びとの健康を願って  
高田製薬株式会社

子どもの花粉症、お薬を正しく使うことが大切です

子どもの花粉症をはじめとするアレルギー性鼻炎の治療薬として、耳鼻科や小児科では飲み薬の他に点鼻薬が処方されることがあり、主にステロイド点鼻薬が使われます。ステロイド点鼻薬には、即効性はありませんが、鼻の奥の炎症や血管の拡張をおさえてくれる特徴があります。また、ステロイド薬は怖いというイメージを持たれるかもしれませんが、点鼻薬は局所に効くため体の中に吸収されにくく、しっかり用法と用量を守れば安心して使えるお薬です。「鼻アレルギー診療ガイドライン」において軽症、初期の段階からステロイド点鼻薬を用いることが推奨されており、正しく使えば早く2、3日で症状の緩和が期待できます。

点鼻薬の多くはスプレータイプで、液体か粉末の薬が入っています。小さい子どもの場合、液体が鼻に入る刺激を嫌がることもあるので、その場合は粉末の薬にかえてもらえないか医師や薬剤師に相談してみましょう。鼻水などで鼻がつまっていると薬が奥まで行き届かないので、必ず鼻をかんでから使用します。お風呂上りなど少し鼻の通りがよくなった時に使うのもおすすめです。スプレーをする時は、少しづつむき加減にして、スプレーの先端をやや外側に向けて、鼻の穴全体に薬が行き渡りやすくなります。子どもの鼻の穴は小さいので、奥までグッと押し込まずに、入り口に噴霧口が入っていれば十分です。点鼻薬は正しい使い方をしっかりと教えてもらうようにしましょう。

自己判断で、副作用が心配だからと薬の量や回数を減らしたり、症状が良くなったからと途中でやめてしまったりせず、花粉が飛んでいる間は、決められた1日の使用量と使用回数を守って使いましょう。花粉症の三大症状「くしゃみ、鼻水、鼻づまり」は、子どもの勉強や運動といった活動を低下させ、日常生活に大きな支障を与える可能性があります。早めに治療が始められるとよいですね。

監修 上荷 裕広 ずずらん薬剤薬局 (薬剤師/小児アレルギーエデュケーター)

さらに詳しい情報は  
ホームページで!



< 正解 II 副作用が心配なので少な目に使う >

クイズの解説

点鼻薬は使い方をマスターし、決められた用量、回数をしっかり守りましょう

花粉症の三大症状である「くしゃみ、鼻水、鼻づまり」は、子どもの勉強や運動だけでなく、日常生活においても大きな支障を与える可能性があるので、単なる鼻症状だからと放っておかず、**症状の軽いうちから、しっかり治療**してあげましょう。こうした鼻症状を和らげるため、主にステロイド点鼻薬が使われますが、正しい使い方をしないと期待される効果が得られないこともあるので、最初は薬局で使い方をしっかり教えてもらうようにしましょう。

■クイズ回答 I 決められた回数を守る 【O】

点鼻薬には1日1回スプレーすればよいものと、1日2回のものがあり、薬によって回数が異なります。鼻づまりがひどいからといって、1日に何回も使えば効果が上がるわけではないので、決められた使用量と使用回数を守りましょう。また、使用する時間帯は決まっていますが、忘れないようにするため、1日1回の点鼻薬であれば、「お風呂上りに1プッシュ」など時間を決めておくとういことです。

■クイズ回答 II 副作用が心配なので少な目に使う 【x】

ステロイド薬は怖いというイメージを持たれ、自己判断で回数を減らしたり、途中でやめてしまったりする方がいますが、点鼻薬は局所に効くため体の中には吸収されにくく、しっかり用法・用量、使い方を守れば安心して使えるお薬です。「鼻アレルギー診療ガイドライン」においても、軽症、初期の段階からステロイド点鼻薬を用いることがすすめられています。

■クイズ回答 III 鼻をかんでから使う 【O】

点鼻薬は鼻の粘膜から薬が吸収されるので、鼻水などで鼻がつまっていると薬が奥まで届かず、炎症を起こしている粘膜に浸透しにくくなります。そのため、鼻をかんでから使用するようにしましょう。お風呂上りなど、少し鼻の通りがよくなった時に使うのもおすすめです。スプレーした後は、しばらくは鼻をかまないようにしましょう。スプレーをする時は、少しづつむき加減にして、スプレーの先端を少し外側に向けて入れると、薬が鼻の中全体に行き渡りやすくなります。

点鼻薬を嫌がる子どもへの対処法

! 薬の変更

液体タイプのスプレーの場合、液体が鼻に入る刺激を嫌がる場合があります。粉末タイプへの変更を医師や薬剤師に相談してみるとよいでしょう。

! 見本を見せる

保護者が点鼻薬を使っている場合は、子どもの前で使って見せてあげるとよいですね。

! 鼻の奥まで押し込まない

子どもの鼻の穴は小さいので、入り口に噴霧口が入っていれば十分です。無理に奥まで押し込まないようにしましょう。