

アメリカ市販薬の ト・リ・セ・ツ 取扱説明書



筆者： 天野(アマノ) マイケル

ミシガン大学医学部在籍

ロサンゼルス出身の日系アメリカ人。2017年にボウディン大学神経科学部及びアジア研究学部を卒業後、日本へのフルブライト奨学生として留学し、広島放射線影響研究所でトラウマがもたらす精神への悪影響を研究に従事した。5年間日本に滞在し、現在ミシガン大学医学部在籍。



花粉症とアレルギー

日本ではスギ花粉が1月から飛び始め、ひどい花粉症を経験する人も多いと思いますが、アメリカでは草、樹木、雑草、ブタクサなどの花粉種が多く、州や季節によって異なります。季節性の花粉症や通年性のアレルギー性鼻炎や結膜炎の症状を和らげる薬には抗ヒスタミンの内服薬、点鼻薬、点眼薬があります。日本で使用していた薬と似たものを入手するには、有効成分を参照し、アメリカでの市販薬のActive Ingredientsと比較すれば、同じものが買えることがよくあります(表をご参照ください)。

抗ヒスタミン剤には第一世代と第二世代があり、どちらもアレルギー反応による症状を抑えてくれます。ポララミンなどの第一世代の薬は眠くなりますが、アレグラなどの第二世代の薬は、ほとんど副作用がありません。抗ヒスタミ

ン剤は、アレルギー性鼻炎だけでなく、食物アレルギー、蕁麻疹、喘息等のアレルギー反応にも効果があります。

点鼻薬には、血管収縮薬、抗ヒスタミン剤、ステロイド剤があります。血管収縮薬(フェニレフリンやオキシメチリン)のスプレーは、使いすぎると、逆に鼻詰まりが悪化するため、風邪などで1-3日程度の短期間使う場合を除き、お勧めしません。日本の点鼻薬には良く配合されているので、注意が必要です。アメリカでも、アフリンなどの点鼻薬で、即効性がありますが、アレルギー性鼻炎には勧められません。ステロイド入り鼻スプレーは効果が高く、2歳以上の小児から大人まで使え、長期間使用しても副作用がほとんどありません。アゼラスチンなどの抗ヒスタミン剤は多くの日本の市販薬に配合されていますが、ステロイ

ド剤ほどの効果はありません。日本ではナソネックスなどのステロイド点鼻薬は処方箋が必要ですが、アメリカでは市販薬として販売されています。保険によっては処方箋によってカバーされる場合もあり、多少自己負担分が減る場合もありますので、保険会社に確認するといいいでしょう。

アレルギー性結膜炎に対する点眼薬は、アメリカでは基本的に市販薬です。日本で処方されるような、ステロイドの点眼薬が処方されることは、アメリカではほとんどありません。

喘息の治療に使われる抗アレルギー剤、ロイコトリエン受容体拮抗薬(オノンやシングレア等)は、市販薬はありませんので、かかりつけ医に相談することをお勧めします。

内服の抗ヒスタミン剤

	有効成分	アメリカ (ブランド名の例)	日本 (ブランド名の例)
第二世代 抗ヒスタミン 経口	フェキソフェナジン	Fexofenadine (Allegra 等) 薬の形状: 30 mg, 60 mg, 180 mg, 30mg/5cc 成人の服用方法: 60 mg 12 時間毎、 又は 180 mg 24 時間毎	フェキソフェナジン (アレグラ等) 薬の形状: 30 mg, 60 mg, 180 mg, ドライシロ ップ 成人の服用方法: 60 mg 12 時間毎
	ロラタジン	Loratadine (Claritin 等) 薬の形状: 5 mg, 10 mg, 1 mg/cc 成人の服用方法: 10 mg 24 時間毎	ロラタジン (クラリチン EX 等) 薬の形状: 5 mg, 10 mg、ドライシロップ 成人の服用方法: 10 mg 24 時間毎
	セチリジン	Cetirizine (Zyrtec 等) 薬の形状: 5 mg, 10 mg, 1 mg/cc 成人の服用方法: 10 mg 24 時間毎	セチリジン (ジルテック等) 薬の形状: 5 mg, 10 mg、ドライシロップ 成人の服用方法: 10 mg 24 時間毎
	レボセチリジン	Levocetirizine (Xyza 等 I) 薬の形状: 2.5 mg, 5 mg, 0.5 mg/cc 成人の服用方法: 2.5-5 mg 24 時間毎	レボセチリジン (ザイザル等) 薬の形状: 2.5 mg, 5 mg、ドライシロップ 成人の服用方法: 2.5-5 mg 24 時間毎
第一世代 抗ヒスタミン 経口	クロルフェニラ ミン	Chlorpheniramine (Chlor-Trimeton 等) 薬の形状: 4 mg, 8 mg, 12 mg 成人の服用方法: 4 mg 4-6 時間毎、8-12 mg 12 時間毎	クロルフェニラミン (ポララミン等) 錠剤の量: 2 mg、ドライシロップ、シロップ 成人の服用方法: 2 mg 6-24 時間毎
	ジフェンヒドラ ミン	Diphenhydramine (Benadryl 等) 錠剤の量: 25 mg, 50 mg 成人の服用方法: 25-50 mg 4-6 時間毎	ジフェンヒドラミン (レスタミン等) 錠剤の量: 10 mg, 30 mg 成人の服用方法: 30-50 mg 8-12 時間毎

点鼻薬

	有効成分	アメリカ (ブランド名の例)	日本 (ブランド名の例)
ステロイド	モメタゾン	Mometasone (Nasonex 等)	モメタゾン(ナゾネックス等)
	フルチカゾン	Fluticasone (Flonase 等)	フルチカゾン点鼻薬 (フルナーゼ等)
	ベクロメタゾン	Beclomethasone (Nasacort 等)	ベクロメタゾン (ナザール等)

点眼薬

	有効成分	アメリカ (ブランド名の例)	日本 (ブランド名の例)
抗ヒスタミン	オロパタジン	Olopatadine (Pataday, Patanol 等) 経口薬はなし	オロパタジン (パタノール、パタデイ等) 経口もあり (アレロック)
抗ヒスタミン 肥満細胞安定剤	ケトチフェン	Ketotifen (Alaway, Zaditor 等) 経口薬はあるがあまり使われない	ケトチフェン (AG ガード等) 経口薬はあるがあまり使われない
	エピナスチン	Epinastine (Elestat 等)	エピナスチン (アレジオン等)