

花粉症に有効な漢方の上手な飲み方

—早めに 多めに 熱めに—

早めが肝心！

2012年は、花粉飛散量は例年並みですが、症状を発現するのに十分な飛散量です。

花粉症がある人だけでなく、発症の経験がない人も注意が必要です！！

飛散開始も例年並みか、やや遅いでしょう。

しっかりとした花粉症対策を行って下さい。

次のような予防と治療が大切です。

症状が出る直前や出てすぐに薬を服用すれば症状の軽減が期待できます。

1. アレルギー薬の服用は流行開始予測日(東海地区:3月中旬がピーク)の2週間前から服用を開始する。
症状が現れる直前、あるいは症状が現れたあとに始める治療のこと
(抗アレルギー薬:アレジオン、クラリチン、ジルテック、タリオン、アレグラ、アレロック、エバステル、ゼスラン、ザジテン、ザイザル……)

2. 漢方薬は抗アレルギー薬と併用して服用する。

3. 効果的な漢方薬

- ①小青龙湯加附子
- ②麻黄附子細辛湯加附子
- ③桂皮湯合麻黄附子細辛湯
- ④越婢加朮湯
- ⑤人参湯加附子
- ⑥苓甘姜味辛夏仁湯

※ ⑤～⑥は、①～④での胃腸障害など副作用がみられたときに有効。

漢方薬は、抗アレルギー薬よりも直接効果がみられる。

4. 花粉症の漢方薬は、「早めに多めに熱めに」が服用のコツです。晴れた天気の日、朝まず1服。ちょっと怪しいなと思ったら1服。症状が出てきたら軽い場合は1服、強い場合は2服。いずれも熱めのお湯に溶かすか、熱めのお湯と一緒に飲むのがコツです。
5. 漢方処方を選び方は、体質によって異なります。
6. セレスタミン(ステロイド入りの抗ヒスタミン剤)は大変よく効きますが、副作用を考えて2～3週間の使用に留めて下さい。
7. **点眼液、点鼻液**も含めて、花粉症に関する薬は当院にすべて揃っています。
8. 市販の薬の服用で眠くなる人は、漢方薬で大丈夫です。眠くなることはありません。

