

季節性過敏性鼻炎：談花粉症

花粉症又稱「乾草熱」，是由於身體的免疫系統對樹木、花草傳播的花粉過敏所引起的季節過敏性鼻炎。主要症狀包括打噴嚏、流鼻水、鼻塞、眼、鼻、喉發癢、咳嗽、流淚或頭痛等。早上起床時症狀較為明顯，通常在晴天、氣溫較高、空氣較乾燥、風速較大、花粉濃度較高時，症狀也會較明顯，因此雨天因為雨水沖刷，使空氣中花粉濃度降低，花粉症病人相對也會減少。

目前治療花粉症引起的過敏性鼻炎藥物可分為三種：解鼻充血劑(緩解鼻塞症狀)、抗組織胺劑(抗過敏藥物)及類固醇製劑(抗發炎藥物)。解鼻充血劑可以減輕鼻道腫脹、恢復呼吸舒暢，可能發生的副作用包括煩躁、情緒緊張和失眠；抗組織胺劑可以減少痕癢和打噴嚏，可能發生的副作用包括瞌睡、頭暈和口乾；類固醇製劑可以減輕鼻塞和鼻發炎。

藥物的選擇會依照症狀的嚴重程度而定，輕度過敏症狀可使用口服抗組織胺、抗組織胺鼻噴劑、解鼻充血劑鼻噴劑治療；中重度症狀則須短期搭配類固醇鼻噴劑治療。和口服藥相比，鼻噴劑的優點是只作用在局部，較少出現全身性的副作用，在輕度症狀時可達到良好的控制，但當症狀嚴重時，口服藥的療效較好。需特別注意的是，若長期使用解鼻充血劑的鼻噴劑有可能會使鼻炎的症狀惡化，造成「越噴越塞」的狀況。

花粉症引起的過敏性鼻炎若不治療使其常常反覆發作，會變成慢性肥厚性鼻炎，也可能導致鼻竇炎、中耳炎等續發性感染，因此有鼻過敏症狀時，應立即就醫檢查找出並避免接觸過敏原，接受正確的診斷及治療，才能緩解症狀、減少復發，達到控制並遠離花粉症的困擾。(文／臺北醫學大學·附設醫院藥劑部 孫國倫藥師 第144期)