



Dr.Salmon Newsletter

# World News & Views

-Letters from Dr.Salmon, NSU-

Dear readers,

ニュースレターは毎月の初めに書いていますので、3月11日の大地震と津波が起きる前に、今月のトピック「季節性アレルギー性結膜炎」は書き終えていました。これからのアレルギーシーズンに向けて、この情報が日本の医師と患者の皆さんのお役に立つよう願っています。

しかし、この地震に関するニュースを見聞きした後では、他のどのようなことも取るに足らなく思われます。日本の皆さんの苦難の日々はアメリカ中に刻々と報道され、アメリカ全体がこの大惨事に胸を痛めています。

このような巨大災害はほとんどの国々を完全に押しつぶしてしまうでしょう。しかし日本の皆さんの国民的な不撓不屈の精神によって、日本は再び完全に復興すると確信しています。しかしそれには時間がかかります。そしてそんな中にあっても、通勤、通学、良いビジョンケアを提供するなどといった、できる限り通常の生活をするようにすることも重要なことではないかと思えます。日本の皆さんのために祈る一方、通常通りニュースレターを発行し、より良いビジョンケアのための研究を続けていくのが最善と思われます。

今回の震災の被害にあわれた方々、ご家族、ご友人の皆様には心からお見舞い申し上げます。

**Thomas O. Salmon, OD, PhD, FAAO**  
Professor, Northeastern State University

(翻訳: Junko Salmon)

**VIA AIR MAIL**

CooperVision® **4e** Program  
enhance each and every contact lens experience.

## Seasonal allergies

Northeastern State University (NSU)は、オクラホマ州で最も美しいと言われる北東部にあります。川や湖、森などが広がる丘陵地帯で、人々は「グリーンカントリー」と呼んでいます。しかし、その美しい緑の木々はひとつの問題を引き起こします。特に春先に起こるもの・・・アレルギーです。この点では日本と環境が似ているともいえます。日本から来た学生たちは、アメリカに来たことでアレルギーから開放されると考えていたようですが、3月と4月には日本にいたときと同じようにアレルギー症状に悩まされています。今月のニュースレターでは季節性アレルギー性結膜炎の対処法についてまとめたいと思っています。

### 症状

くしゃみ、鼻水、鼻づまりのような鼻の症状のほかに、眼(主に結膜)にかゆみを感じる人もいます。これは季節性アレルギー性結膜炎と呼ばれています。日本では花粉症と呼ばれているようですね。季節性アレルギー性結膜炎は、充血や流涙、結膜腫脹などの症状を引き起こすこともあり、コンタクトレンズを装着している人にとっても大きな問題となります。一般的なドラッグストアで買えるOTC薬(Over The Counter: 一般用医薬品、市販薬)で症状を抑えようとする人もいますが、多くの人は薬を処方してもらうために眼科に行きます。



### 診断

季節性アレルギー性結膜炎の症状には他の結膜炎と似たものもあります。たとえば、眼が赤く炎症を起こしたり、滲出物、涙の過剰分泌、結膜腫脹、乳頭性結膜炎などです。眼科医は、アレルギーを細菌、ウイルス、機械的あるいは化学的な原因による他の疾患と区別する必要があります。下に示した所見と症状は感染性結膜炎ではなく、アレルギー性結膜炎のもので

- ・ アレルギーの季節と一致して始まる
- ・ 鼻にアレルギー症状がある
- ・ かゆみがある
- ・ 視力に影響がない
- ・ 水っぽい滲出液(化膿はないが、粘性のこともある)

患者の多くは自分自身がアレルギーであることを知っていますので、アレルギー性結膜炎の診断は容易です。眼のかゆみが続いたら、それはアレルギーの症状です。

## 薬物以外の治療法

アレルギーは、環境刺激物(アレルゲン、アレルギー誘発物質)による免疫系の過剰反応です。日本ではスギ花粉がアレルゲンになることが多く、オクラホマでは雑草の花粉が多いといわれています。免疫系はアレルゲンに対して特に敏感ですので、アレルゲンに少し曝されただけでもアレルギー反応を引き起こします。基本的には、アレルゲンを遠ざけることがアレルギーへの対処法になります。それには、下に記した方法があります。

- ・ 花粉の飛散量が多いときには、外出を避ける
- ・ 屋外ではマスクを着用する(アメリカではあまり見かけません)
- ・ 室内ではエアコンを使用する
- ・ 頻繁に手洗いを行なう
- ・ アレルゲンを除去するため、1日の終わりにシャンプーする

これに加え、閉じた眼に冷たく濡らしたタオルを置くことで症状がやわらぐこともあります。人工涙液を点眼し、アレルゲンを洗い流すことも効果があります。眼科医は、患者がアレルギーへの基本的な対処法を行なえるように指導する必要があります。

## 眼のアレルギーに対する薬物治療

前の項に書いた方法で不十分な場合には、アレルギー用の点眼薬の処方が必要になります。アレルギー用点眼薬には下の6つの種類があります。

- ・ 血管収縮剤
- ・ 抗ヒスタミン剤
- ・ 肥満細胞安定剤
- ・ 抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬
- ・ ステロイド剤
- ・ 非ステロイド抗炎症剤

### 血管収縮剤 (OTC 薬)

数年前まで、血管収縮剤の入った OTC 点眼剤が一般的な眼アレルギーの治療法でした。血管収縮剤は、充血を抑えますので、一時的に症状が軽減したと感じます。しかし、眼科医の多くは血管収縮剤を勧めることはありません。血管収縮剤は一時的にしか充血などの症状を抑えませんので、患者は過剰に点眼してしまい、防腐剤による毒性が問題になるからです。また、血管収縮剤を使用することで充血が抑えられ眼を白く見せることができますが、使用を中止すると、再び充血の症状が現れ、リバウンドにより以前よりもひどく充血するようになります。

### 抗ヒスタミン剤 (処方薬、OTC 薬)

眼のかゆみを低減するような OTC のアレルギー用点眼薬は、抗ヒスタミン剤が入っているものもあります。しかし、OTC 薬は処方薬の抗ヒスタミン点眼剤と比較して効果が弱く、血管収縮剤による副作用も心配です。また、抗ヒスタミン剤はドライアイを引き起こす原因になることもあります。そのドライアイにより目の不快感が増加することも考えられます。しかし、OTC 薬は処方薬よりも非常に安く、多く出回っています。



### 肥満細胞安定剤 (処方薬)

肥満細胞安定剤は鼻のアレルギー症状を低減する目的で長年使われてきました。肥満細胞安定剤は、肥満細胞の活性化を抑制し、早い段階でアレルギー反応を阻止します。肥満細胞の活性化が抑えられれば、ヒスタミンの放出が抑制され、かゆみや他の諸症状を低減できます。鼻アレルギーに長年使われてきた肥満細胞安定剤、クロモグリク酸ナトリウムは、眼のアレルギーにも点眼薬として使われています。肥満細胞安定剤は即効性ではありません。完全に効果が発揮されるまで数週間かかります。したがってアレルギー性結膜炎患者は、アレルギーシーズンの1ヶ月ほど前から肥満細胞安定剤の点眼を始める必要があります。アメリカでは数種類の肥満細胞安定剤が処方できます。しかし最近では、下に示す複合薬ほど処方されていません。

### 抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬 (処方薬、OTC薬)

アメリカで眼科医に処方されるアレルギー薬でもっとも一般的なのは、抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬です。肥満細胞安定剤の効果が現れるまでの間にも、即効性のある抗ヒスタミン剤が症状をやわらげます。この種の複合薬を最初に開発したのは Alcon で、約 10 年前に発売された Patanol という薬です。それ以来、他の製薬会社も独自の複合薬を開発してきています。これらの薬は 1 日 1~2 回の点眼で効果があります。非常に効果的ではありますが、高価でもあります。容量が 5ml のボトル (点眼 100 回分) で 60~100 ドルです。最近、この種類の OTC 薬が 1 本 15 ドルくらいで買えるようになりました。



### ステロイド剤 (処方薬)

眼のかゆみだけではなく、流涙や結膜腫脹なども見られるより重症なアレルギー性結膜炎には、ステロイド剤の処方が必要な場合もあります。ステロイド剤は、眼圧を上昇させたり、長期の使用により白内障の原因にもなりますので、使用には注意が必要です。低用量ステロイド点眼薬の 1 つ、Alrex (Bausch+Lomb) は眼内に浸み込みにくいので、他のステロイド点眼剤と比較して安全にアレルギーの治療ができます。重症のアレルギーの場合、ステロイド点眼薬で治療を開始する眼科医もいます。ステロイドで症状が改善した後に、抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬に切り替えて長期的に治療を行ないます。

### 非ステロイド抗炎症剤

非ステロイド抗炎症剤は、アレルギー反応緩和のために処方されることもありますが、他の点眼薬ほどよく処方されるわけではありません。

### アレルギーとドライアイ

アレルギーの患者がドライアイでもある場合、ドライアイがアレルギーによる刺激を悪化させることもあります。このような場合、ドライアイに対する治療も行なわなければなりません。

- ・ 朝と夜の温湿布
- ・ 温湿布の後の眼瞼マッサージ
- ・ コンタクトレンズを使用している場合、防腐剤の入っていない人工涙液
- ・ オメガ-3 脂肪酸の摂取

ドライアイについては、ニュースレターの 2008 年 9 月号から 2009 年 2 月号に詳しく書いています。  
<http://www.coopervision.jp/professional/material/salmon.html> 興味のある方は、こちらからダウンロードできます。

## 抗アレルギー点眼薬とコンタクトレンズ

抗アレルギー剤を含むほとんどの点眼薬は、コンタクトレンズ装用中の点眼は望ましくありません。点眼薬に含まれる防腐剤がコンタクトレンズ内で濃縮され、眼を刺激する可能性があるからです。1日使い捨てコンタクトレンズでは大きな問題にはならないでしょう。しかし、1日使い捨て以外のコンタクトレンズを使用する場合、点眼はレンズを装用する15分前とレンズをはずした後に行なわなければなりません。

## 理想的な抗アレルギー点眼薬とは?

理想的な抗アレルギー点眼薬は、以下の特徴を持つものだと考えます。

- ・ 眼を傷つけない
- ・ 即効性があり長期的にも効果が継続する
- ・ 1日1回、多くても2回の点眼で効果がある
- ・ 長期間使用しても副作用がない
- ・ 高価ではない

抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬が、多くの患者にとって最良の選択肢になるでしょう。また、記事の最初にも書いたように、薬物以外の治療法を適切に実行することも大切です。

アメリカ国内で使用されているアレルギー薬

種類	製品名	メーカー	処方薬/OTC	容量	小売価格
抗ヒスタミン剤	Emadine	Alcon	処方薬	5	\$53
	Livostin	Novartis	処方薬	10	\$73
肥満細胞安定剤	Alamast	Santen	処方薬	10	\$63
	Alocril	Allergan	処方薬	5	\$63
	Alomide	Alcon	処方薬	10	\$71
	Crolom	Bausch + Lomb	処方薬	10	\$46
	Opticrom	Allergan	処方薬	10	\$53
	Bepreve	Ista	処方薬	10	\$105
抗ヒスタミン剤と肥満細胞安定剤の複合薬	Elestat	Inspire	処方薬	5	\$80
	Optivar	MedPointe	処方薬	6	\$59
	Lastacaft	Allergan	処方薬	3	\$104
	Pataday	Alcon	処方薬	2.5	\$86
	Patanol	Alcon	処方薬	5	\$96
	Alaway	Bausch + Lomb	OTC	10	\$12
	Claritan Eye	Schering-Plough	OTC	5	\$15
	Refresh Eye Itch Relief	Allergan	OTC	5	\$15
	Visine All Day	Johnson & Johnson	OTC	5	\$15
	Zaditor	Novartis	OTC	5	\$15
	Zyrtec Itchy Eye	Johnson & Johnson	OTC	5	\$12
	非ステロイド抗炎症剤	Acular	Allergan	処方薬	10
ステロイド剤	Alrex	Bausch + Lomb	処方薬	10	\$147

## New eye-care products

### 眼に関する栄養製品

2010年12月のAOA (American Optometric Association)のニュースによると、ScienceBased Healthという会社が、加齢黄斑変性(AMD)患者のための栄養製品を2種類発売したそうです。

- MacularProtect Complete Drink
- MacularProtect Omega-3 Companion capsules



MacularProtect Complete Drink は、コップ1杯の水に本製品1すくいを混ぜたものが1日分になります。フルーツドリンク(マンゴーレモネード)味で飲みやすく、有名なAREDS研究(Age-Related Eye Disease Study)に基づいた栄養素(ビタミンやミネラルなど)を含み、黄斑部を保護し視力の維持に効果があります。また、本製品に含まれるビタミンなどの栄養素により全身の健康維持にも効果が期待できます。価格は30日分で約40ドルです。

MacularProtect Omega-3 Companion capsules は、現在進行中のAREDS-2 (Age-Related Eye Disease Study Part 2)研究に基づいた成分で、ルテイン、ゼアキサンチン、オメガ-3脂肪酸を含んでいます。価格は30日分で約16ドルです。

ScienceBased Health社は、AMDのリスク軽減と健康維持のために、ドリンクとカプセルの両方を摂ることを勧めています。この両方を摂ることにより、他のマルチビタミンなどのサプリメントは必要なくなります。

### Allergan の新しい抗アレルギー点眼薬

Review of Ophthalmology の2011年2月5日の記事によると、AllerganがLastacraftという抗アレルギー点眼薬を発売したそうです。この点眼薬は、肥満細胞安定剤と抗ヒスタミン剤の複合薬(alcaftadine点眼薬)です。FDA(米国食料医薬品局)は、2010年7月28日にLastacraftの承認をVistakon Pharmaceuticalsに与え、その後、Vistakonはその販売権をAllerganに売りました。Lastacraftは他の肥満細胞安定剤と抗ヒスタミン剤の複合薬とは対照的に、1日1回の点眼で効果をあらわします。点眼後3分以内に眼のかゆみを低減し、16時間効果が持続します。AlconのPataday以外の肥満細胞安定剤と抗ヒスタミン剤の複合薬は1日2回点眼です。点眼回数が少ないことはコンプレリアンス向上につながり、コンタクトレンズ使用者にとっても使いやすいものになるでしょう。



### Bausch + Lomb の Soothe XP 点眼薬の回収

2011年2月24日発表のプレスリリースによると、Bausch + LombがSoothe XP点眼薬の自主回収を発表しました。この製品はアメリカ国内でしか流通していません。Soothe XPは、涙液脂質層を補うように設計されていて、ドライアイやマイボーム腺機能不全の患者の涙液の蒸発を抑える働きがあります。Bausch + Lombは、誤った有効期限表示がされているロットが混入していることを確認しました。それにより、防腐剤が失効した点眼薬を患者が使う危険性があります。有効期限が間違っているロットは限定されていて、有害事象も報告されていませんが、Bausch + Lombは、Soothe XPの自主回収を行なうことを決めました。



(翻訳：小淵輝明)