

# 点鼻薬を正しく使いましょう

点鼻薬を正しく効果的に使用し  
花粉の時期を乗り切りましょう。



## ★点鼻薬の使い方★

1. お薬を使う前に鼻をかみ出来るだけ鼻の通りをよくします。  
お風呂上りや蒸しタオルで鼻を温めて鼻が通っている時に  
使用すると効果的！
2. お薬の種類によってはよく振るなどの指示に従います。
3. 頭をうつむき加減し容器を垂直に立てて持ちながら鼻の穴に  
先端部分を入れ噴霧します。もう片方にも同様に噴霧します。  
容器が横向きや逆さにならないように！
4. 噴霧したお薬を鼻の奥まで行き渡らせるために、上を向いて  
数秒間鼻でゆっくり息をします。この時鼻をかまないで！
5. 使用後は容器の先端をきれいに拭いてキャップをし、容器を  
立てた状態で室温で保管します。  
開封後は使用期限にかかわらず2ヵ月以内を目安に使用を！

## ★使用のコツ★

容器を鼻に入れる時は、真っ直ぐかやや外向きに！

鼻の中央に向かって噴霧すると、鼻血や  
痛みなどの刺激感が出やすくなります。

反対の手で(右鼻には左手で、  
左鼻には右手で)噴霧すると中央を  
避けやすくなります。



## ★点鼻薬の種類★

### ①ケミカルメディエーター遊離抑制点鼻

例：インタール

### ②抗ヒスタミン薬点鼻薬

例：リボスチン ザジテン

### ③ステロイド点鼻薬

例：フルナーゼ ナゾネックス アラミスト

### ④血管収縮剤点鼻薬

例：プリビナ コールタイジン ナザール パブロン



①②③は使い続けることで鼻の炎症を抑え症状を軽減します。  
使用回数の指示を守りましょう。

④は鼻づまりに即効性がありますが**副作用**に注意が必要です。

## ★血管収縮剤点鼻薬の副作用について★

血管収縮剤点鼻薬を使い過ぎると、かえって鼻づまりがひどくなる場合があります。



使い始めは鼻づまりがすぐ楽になりますが、使い過ぎるとだんだん効きが悪くなっていきます。点鼻薬でしか鼻が通らなくなり薬を手放せなくなることがあります。

この副作用を防ぐためには鼻づまりがひどくて困る時だけ使用し、薬に頼り過ぎないようにしましょう。

詳しくは薬剤師にお気軽にお尋ねください

