

【どうすればいいの？花粉症や鼻炎の薬】

(この内容は2024年1月1日から2024年12月31日まで有効)

(公財)日本水泳連盟 アンチ・ドーピング委員会

花粉症などの鼻炎の影響で、普段の練習や大会で本来のパフォーマンスを発揮出来なかった経験はありませんか？

また、薬を飲んだら眠気でパフォーマンスをうまく発揮出来なかった経験はありませんか？「眠気が強い方が効果も強い」わけではありません！ここでは、アンチ・ドーピング規則違反にならず、眠気が少ないとされる花粉症などの鼻炎に対するお薬の例を紹介します。

＜病院や薬局でもらう場合＞

【飲み薬】

- ・アレグラ[®]錠 60mg (フェキソフェナジン)
- ・アレジオン[®]錠 20 (エピナスチン)
- ・アレロック[®]錠 5 (オロパタジン)
- ・エバステル[®]錠 10mg (エバスチン)
- ・クラリチン[®]錠 10mg (ロラタジン)
- ・ザイザル[®]錠 5mg (レボセチリジン)
- ・ジルテック[®]錠 10 (セチリジン)
- ・タリオン[®]錠 10mg (ベポタスチン)
- ・デザレックス[®]錠 5mg
- ・ピラノア[®]錠 20mg
- ・ルパフィン[®]錠 10mg

【点鼻薬】

- ・アラミスト[®]点鼻液 27.5 μ g
- ・フルナーゼ[®]点鼻液 50 μ g (フルチカゾン)
- ・ナゾネックス[®]点鼻液 50 μ g (モメタゾン)
- ・リボスチン[®]点鼻液 0.025mg
- ・クロモグリク酸 Na[®]点鼻液 2%

【注射薬】

- ・ゾレア[®]皮下注

* ()内には薬の成分名を記載してありますが、ジェネリック医薬品の販売名にも用いられています。ジェネリック医薬品も使用できます。

＜ドラッグストアで購入する場合＞

(公財)日本水泳連盟のホームページ(<https://swim.or.jp/anti-doping/>)にある<いつでも使える薬の例>のアレルギー用薬を参考に購入しましょう。

・お薬は症状(くしゃみ、鼻水、鼻づまり)や症状のひどさ、生活スタイルによって使い分けます。医師や薬剤師にご自身の症状をきちんと伝え、症状にあったお薬を用法・用量を守って使うことが大切です。

・ここでご紹介したお薬は安心してご使用になれますが、薬によってはドーピング禁止物質を含むものもあります。

ここでご紹介したお薬以外のものを使用する際は、(公財)日本水泳連盟のホームページの【薬の相談窓口】(<https://swim.or.jp/anti-doping/consultation/>)にご相談いただくことをお勧めします。

・ディレグラ[®]配合錠、プロフェキ[®]配合錠には禁止物質が含まれていますので、服用は避けましょう。

・漢方薬にも禁止物質を含むものがありますので、服用は避けましょう。