

➤ 醫師開給我一種抗組織胺，對我的過敏性鼻炎相當有效，但是我對長期使用這個藥物還是有些疑慮，這些藥物需要服用多久，長期使用是安全的嗎？

答：

抗組織胺藥物對於大多數人的過敏性鼻炎都相當有效，但是也有一些讓人困擾的副作用。而其中最主要的副作用就是嗜睡。不過新一代的抗組織胺藥物已經沒有嗜睡的副作用，所以現在常用這種藥物作為過敏性鼻炎的長期控制藥物。這些藥物包括 Cetirizine（商標名 Zyrtec），Levocetirizine（商標名 Xyzal），Loratadine（商標名 Clarityne），Fexofenadine（商標名 Allegra）。對一般人來說，它們都是相當安全的長期控制藥物，但是在肝臟，腎臟有問題的病患則要調整劑量且小心使用。

抗組織胺藥物通常需要使用一段時間，才能完全緩解過敏性鼻炎的症狀。所以醫師通常會建議你持續使用直到症狀完全緩解後一段時間再停藥。對季節性過敏性鼻炎的病人，在花粉季節時可能需要持續使用；如果你的症狀一年四季都有變化，則是有症狀時持續使用直到症狀完全緩解後一段時間再停藥。有些人對於抗組織胺的效果不佳或者副作用很明顯，那麼類固醇鼻噴劑是一個不錯的替代選擇。

另外要注意的是，有時你的過敏性鼻炎嚴重時，醫師可能會給

你同時含有抗組織胺及充血消除藥劑的藥錠，例如 Loratadine 加上 Pseudoephedrine (商標名 Clarinase)。這種藥物會讓你覺得鼻子疏通許多，因為它會減少鼻黏膜中的血流，也有短期消腫的效果。雖然不像充血消除噴劑那樣，在長期使用後，讓鼻黏膜過於收縮，及乾燥，但是含有充血消除藥劑的口服藥物還是不能長期仰賴它。

臺北市立聯合醫院和平婦幼〈婦幼〉院區 林怡青醫師