



その症状、花粉症かも！？



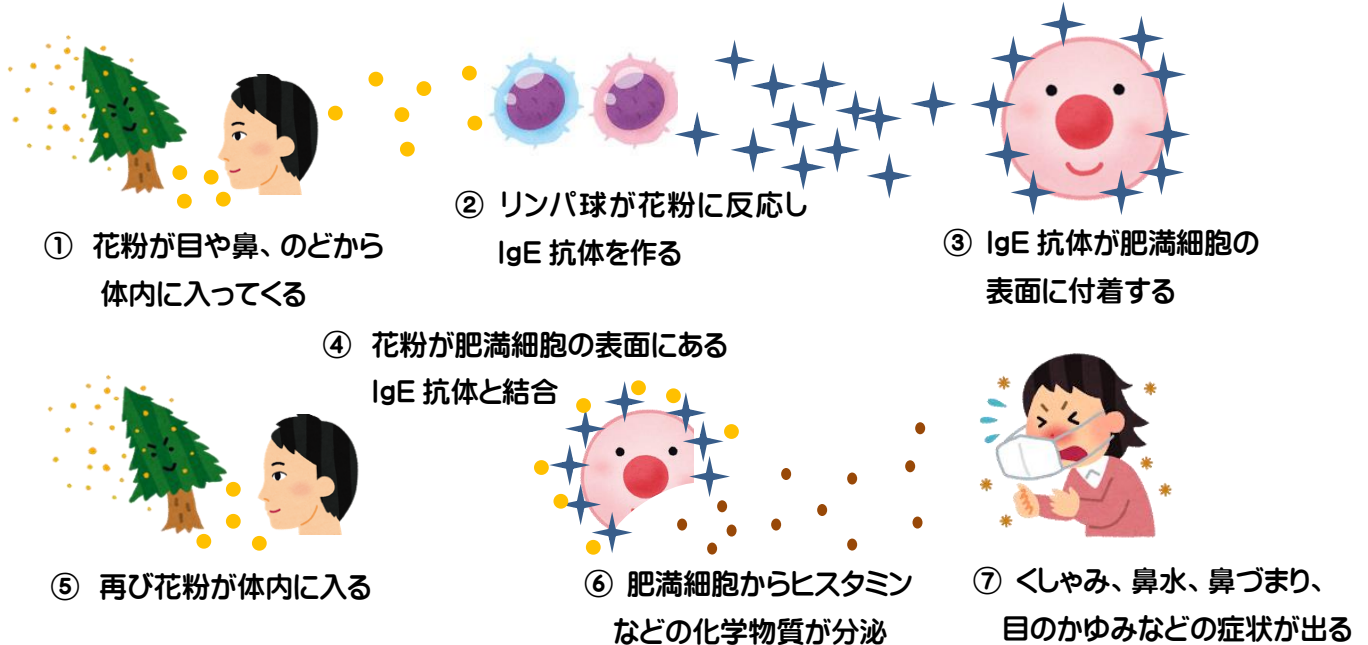
花粉症は、花粉によって生じるアレルギー疾患の総称であり、主にアレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が生じます。患者数は国民のおよそ25%といわれています。花粉症のメカニズムを知って、迷った場合は耳鼻科に相談しましょう。

風邪かな？花粉症かな？

花粉症の症状は、風邪の症状に似ています。おかしいなと思ったら、早めに医師に診てもらい、症状の軽いうちに治療しましょう。

- くしゃみ 立て続けに何回も出る。風邪は、あまり立て続けには出ない。
- 鼻水 透明でさらさらしている。風邪は徐々に黄色くなってネバネバしてくる。
- 鼻づまり 両方の鼻がつまり、鼻で息ができないこともある。風邪は、比較的症状は軽い。
- 目のかゆみ 目がとてもかゆく、涙が出ることもある。風邪は、目のかゆみはほとんどない。

花粉症のメカニズム



東海地方の花粉飛散は2月上旬頃から



花粉症の症状の出る前から、お薬による花粉症の初期療法を始めていると、症状の発症を遅らせ、飛散シーズン中の症状をやわらげることができます。1月中旬頃から医師に相談してライフスタイルに合った花粉症対策を始めることが大切です。

日常生活の注意点



- マスク、メガネを着用し、花粉が目や鼻に入るのを防ぎ、帰宅時に手洗い、うがい、洗顔をする。
- 花粉が付きやすいウールなどの衣類の着用は避ける。
- 睡眠を十分にとって体調を整える。
- ストレスをためないように心がける。
- こまめに室内を掃除する。

