



花粉症

植物の花粉が、鼻や目などの粘膜に接触することによって引き起こされ、

くしゃみ、鼻水、鼻詰まり、目のかゆみなど、いろいろなアレルギー症状を引き起こす病気です。

花粉症を引き起こす代表的な植物



スギ



ヒノキ



カモガヤ



ブタクサ

●スギ：2月～4月 ●ヒノキ：3月～5月 ●カモガヤ：5月～7月 ●ブタクサ・ヨモギ：8月～10月

花粉症は主にくしゃみ、鼻水、鼻詰まりが3大症状ですが、子供の場合、目の症状(目のかゆみ・充血、まばたきをするなど)が目立ちます。

花粉症の症状は、原因となる花粉と接触したときにのみ現れるので、花粉との接触を断つことがもっとも効果的な対策となります。症状が出てから対策を行うのではなく、症状が出る前から予防的にケアを開始することが有効です。また、アトピー性皮膚炎や小児喘息をもつ子は、花粉症を併せもつことが多いため、特に早期からの対策が必要となります。

花粉などアレルギーの原因となるものと接触を続けていれば、アレルギーの体質もつよくなり、症状もひどくなります。すなわち、薬剤治療により症状を抑えているからといって、なんの対策もしなくてよいということにはなりません。そのため、日頃のセルフケアがもっとも基本的になります。

日常生活で気を付けること

- ◆ 花粉の飛散が多い時は、外で遊ぶなどの外出を控える
- ◆ 外に出かけるときはマスク・花粉用メガネを着用する
- ◆ 花粉情報に注意する
- ◆ 帰宅時衣服や髪をよく払ってから入室する
- ◆ うがいをして、鼻をかみ、顔をあらう
- ◆ 飛散の多い時は、窓・戸を閉めておく
- ◆ 飛散の多い季節は、ふとんや洗濯物の外干しは避ける
- ◆ 掃除を励行する。特に玄関・窓際を念入りに掃除する



ご卒園・ご卒業おめでとうございます



平成30年度MRワクチンⅡ期対象者は平成24年4月2日～平成25年4月2日生まれの方です