

# たかもりメディックだより

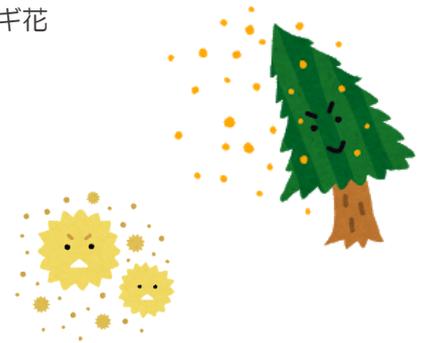
## 花粉症 ～セルフケアと治療でつらい症状を改善～

### 【花粉症とは？】

花粉に対して人間の体が起こすアレルギー性疾患の一つです。「アレルギー性鼻炎」や「アレルギー性結膜炎」とも呼ばれます。花粉（アレルゲン）が口や鼻、目に入ると体が花粉を「異物」と判断し体を守ろうとします。その結果くしゃみや鼻水、目・皮膚・喉のかゆみなどの症状が起こるのです。

### 【花粉症の原因になる花粉の種類と飛散時期】

- ・スギ（飛散時期：…日本の国土の12%を占め、花粉症患者の約7割はスギ花粉が原因といわれる）
- ・ヒノキ（飛散時期：3月中旬から5月中旬）  
…国内ではスギに次いで植林面積が広い。
- ・イネ科植物（飛散時期：それぞれの花期5月から10月）  
…カモガヤ、オオアワガエリ、ハルガヤなど
- ・ブタクサ、ヨモギ（飛散時期：8～10月頃）  
…秋の花粉症の原因に



### 【花粉を体に入れない！日常生活の中で花粉対策】

マスクや眼鏡を着用する

⇒花粉を物理的に防ぎましょう。予防にも効果的です。



洗濯物を屋外に干さない

⇒花粉飛散時期は室内干しで花粉の持ち込みを防ぎましょう。



帰宅時は服や体についた花粉を落とす

⇒帰宅時は服についた花粉を払い落とし、上着等はなるべく玄関近くに収納し、持ち込まないのがおすすめです。

### 【病院で行う花粉症治療】

#### ①薬による治療

薬を服用して花粉症の症状を抑える治療法です。花粉症の薬は市販で販売されているものもありますが、それぞれ花粉症の種類や強く出る症状は違うため、医師による処方を受けましょう。



#### ②レーザー治療

鼻炎治療用レーザーで鼻の表面の粘膜部分をレーザー照射で薄く焼却することで、鼻のアレルギー反応を鈍らせる治療法です。日帰りで行うことができる治療で副作用はほとんどありません。

#### ③アレルゲン免疫療法（皮下免疫療法、舌下免疫療法）

薬やレーザー治療でも効果不十分の場合にはアレルゲン療法がおこなわれます。アレルギーの原因である「アレルゲン」を少量投与していくことで、体をアレルゲンに慣らしアレルギー症状を和らげます。皮下免疫療法と舌下免疫療法があり治療期間は3～5年と長いですが、年単位で治療を行うことで根本的な体質改善が期待できると考えられています。



※当院では①の薬による治療のみを行っております。

②または③の治療をご希望の場合には、ご紹介検討いたしますのでお気軽にご相談下さい。

# 岩本医院

☎(0827)84-0011

	8:30 ~ 12:00	14:00 ~ 17:00
月	●	●
火	●	●
水	●	●
木	●	×
金	●	●
土	●	×

受付時間 (8:30~11:30 14:00~17:00)

木曜日・土曜日は午後休診

日曜日は終日休診とさせていただきます。

小児科の午後の診療は16:00~となりますので  
ご注意ください。

◆ホームページ◆

<http://www.iwhospital.com/>

QRコードからも  
ご覧頂けます →



## 2020年2月

月	火	水	木	金	土	日
					1 午後休診	2 終日休診
3	4	5	6 午後休診	7	8 午後休診	9 終日休診
10	11 建国記念の日	12 9:30~10:30 小児科休診	13 午後休診	14	15 午後休診	16 終日休診
17	18	19	20 午後休診	21	22 午後休診	23 天皇誕生日
24 振替休日	25	26	27 午後休診	28		

## 2020年3月

月	火	水	木	金	土	日
						1 終日休診
2	3	4	5 午後休診	6	7 午後休診	8 終日休診
9	10	11	12 午後休診	13	14 内科休診 午後休診	15 終日休診
16	17	18	19 午後休診	20 春分の日	21 午後休診	22 終日休診
23	24	25	26 午後休診	27	28 午後休診	29 終日休診
30	31					