

たかもりメテックだより

しっかり対策をして、花粉症の時期を乗り切りましょう！

今年も花粉症の季節がやってきました。

昨年に引き続き、今年も新型コロナウイルスの流行と重なり、花粉症の方はなにかと気を遣うことが多いかと思います。

今回は、花粉症対策についてご案内していきます。

〈対策〉

1. 医療機関を受診する

できれば症状が出る前から受診して予防的治療を始めると、発症を遅らせたり、症状をやわらげることができます。

症状が出てからも、内服薬、点鼻薬、点眼薬などの処方や適切な治療で症状を軽減することができます。

2. 花粉症情報をチェックする

特に外出の予定がある日は花粉症情報をチェックし、髪に花粉が付着しないよう防止を着用し、花粉症付きやすい素材のセーターやコートなどは裂け、なるべくすべすべした素材の福を選びましょう。

3. 花粉を家に持ち込まない

家に入る前に衣服や髪を払って入室し、手洗いうがいを励行しましょう。

4. こまめに掃除をしましょう

家に持ち込んでしまった花粉を除去するため、こまめに掃除をしましょう。

以上の対策を行い、なるべく症状が軽くすむよう心がけましょう。



〈注意点〉

1. こまめに手指の消毒を

鼻をかむために顔を触ったり、目がかゆくてこすったりすると手に付着したウイルスが体内に入るリスクが高まります。

こまめに手指を消毒し感染リスクを抑えましょう。

2. 必ずマスクをする

くしゃみは咳の10倍以上の距離まで飛沫が飛びます。

万が一コロナに感染していた場合の周囲の方の感染リスクを考慮し、必ずマスクを着用しましょう。

気になる症状のある方は、早めに医療機関を受診しましょう。



岩本医院

☎(0827)84-0011

	8:30 ~ 11:30	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 →



2022年3月

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

2022年4月

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