



高田病後児保育所「ぬくみ」 掲示板



【1月のテーマ】 花粉症について

高田病後児保育所スタッフより

旧年中は大変お世話になりました。今年もお子さんの病気についてわかりやすく案内していきたいと思えます。よろしくお願いいたします。

今月のテーマは「花粉症」です。春を迎える時期に多くの方が悩んでいるスギ・ヒノキ花粉が飛散する前に対策をしてみてもいいでしょうか。

☆『花粉症について』

花粉症といえば、春の時期に飛散するスギやヒノキが代表的ですが他にも花粉症を引き起こす植物が多く、初夏から秋にかけてイネ科やブタクサ属などがあり、1年を通して何らかの花粉が飛散しています。

☆『症状』

花粉症は植物の花粉で起こるアレルギー疾患です。くしゃみ、鼻水、鼻づまりといった鼻の症状や目のかゆみ、充血といった目の症状などを引き起こします。子どもの場合は鼻が小さく、鼻づまりが多い傾向です。

年々スギ花粉症になる子どもさんも多く花粉が飛散する時期にインフルエンザ、風邪症状と重なるため判断が難しいかもしれません。また花粉症の症状は目のかゆみが伴うことが多いので風邪と花粉症の判別指標のひとつになります。

☆『治療』

花粉症などのアレルギーは症状が悪化すると薬が効きづらくなります。本格的に花粉が飛散する前にかかりつけの病院へ受診し、薬を飲むことで、鼻の症状が緩和されます。

近年では体内にアレルギーの原因物質を含むエキスを舌の下に投与し体内に吸収させ症状を緩和させる舌下免疫療法などがあります。

☆『日常生活での花粉予防』

外出時はマスク、眼鏡の着用し、長時間の外出は控えましょう。家の中に持ち込まないよう玄関先で花粉をよく払い、手洗い、洗顔、うがいをして花粉を除去しましょう。家の中ではこまめに掃除機をかけ花粉を除去することも大切です。

