

# 「花粉症について」



## ○特徴的な症状

花粉症は、風邪のように段々と症状が重くなるのではなく、いきなり症状が現れることが多いです。風邪の時と違って、透明なさらさらとした鼻水が長く続きます。そして、鼻づまりや眼の症状などが伴うと、花粉症を疑います。1月の後半から連休前までの間が主にスギ花粉症の時期と言われています。

5月になって症状が出る場合にはヒノキの花粉症を疑いますが、他の花粉に反応している場合もありますので、検査で調べることも必要です。



## ○耳鼻科での治療について

状態に応じて処置を行います。ステロイドの吸入をするために、まずはスプレーで鼻の奥を広げますが、そこが詰まっている方には薬液をつけた綿棒で処置をする場合もあります。鼻の奥の粘液を吸引してから吸入をします。

症状を改善するために、内服とともに点鼻薬を使用することがあります。眼の症状にも、耳鼻科で出せる範囲で点眼薬を処方しています。



## ○日常生活で気をつけること

とにかく「予防すること」です。マスク着用、外出後のうがい、部屋に入る前に衣服の花粉を払う、窓をできる限り開けないようにする、必要時以外はできるだけ外出を避ける、などです。

また、眼や鼻の洗浄も有効です。鼻づまりにはミント系のガムなども効果があります。