



くしゃみ・鼻みず・鼻づまり！！ あら？もしかしたら…花粉症？…

くすりと調剤の情報 No.15

去年は平気でも
今年は危ないよ！

花粉症ってどんな病気なの？

植物の花粉(スギ、カモガヤ、ヒノキ、シラカバ等)が原因で起こる、アレルギー性の病気です。花粉の飛ぶ季節に花粉が目や鼻の粘膜に付着して、くしゃみ・鼻水・皮膚のかゆみ・倦怠感・集中力の低下・熱っぽさ等の症状が現れます。日本人の5人に1人は花粉症の患者であるといわれます。なかでも多いのがスギ花粉症でその約8割を占めているのです。

自分のアレルギーの原因になっているものは何？

季節性;スギ、ヒノキ、カモガヤ、ブタクサ、シラカバ。
通年性;ダニ、ハウスダスト、昆虫、ペットの毛。



花粉症の対策方法～日常生活でできる予防

風の強い晴れた日は外出を控えましょう。
～ニュースや新聞・インターネットで飛散情報をチェック！
メガネ・マスク・ゴーグル・帽子を着用する
洗濯物やふとんを外に干さない
帰宅したら玄関先で衣類や髪についた花粉をはらう
外出後には手・顔・目・鼻を洗い、うがいをする
窓やドアを開けっ放しにしない
こまめに掃除をする



クイズ

Q. 鼻の奥にはにおいの刺激を感知する「嗅部」という器官があります。ここにはにおいを感じる細胞が集まった場所ですが、その面積はおよそどのくらいでしょうか？

1. 米粒くらい 2. 切手1枚くらい 3. 名刺1枚くらい

Q. 鼻はにおいを感じる他にも呼吸のための空気の出入り口という役目を果たしています。その役目には健康を保つ上で重要な仕組みがあります。その仕組みとはどのようなものでしょうか？

1. 酸素だけを取り込む 2. 空気からビタミンを合成する 3. 取り込む空気の湿度を調節する

答えは次回の「くすりと調剤の情報」で！