

健康ひとロメモ

花粉症について

丸森病院 院長 大友 正隆



花粉症とは、スギやヒノキ、ブタクサなどの花粉が、鼻や目の粘膜を刺激することによってアレルギー反応が起こり、鼻水や涙が止まらなくなる病気です。2019年に行われた調査によると、花粉症の有病率は約4割とされています。基本的には、原因となる花粉が飛ぶ春だけ症状が出現しますが、1年中症状に悩む人もいます。

花粉症には鼻水がひどいタイプ、鼻詰まりがひどいタイプ、それら両方の症状がひどいタイプがあります。鼻水は異物を洗い流そうとする働きで、風邪などの際の鼻水と違い、さらさらして透明です。鼻詰まりは鼻の粘膜が腫れ、鼻の通り道が狭くなった状態です。鼻が詰まることにより口呼吸となり、口や喉が渇いて咳がでたり、においや味がわかりにくくなることもあります。診断は、問診でアレルギー症状の既往歴などを確認。また、血液検査を行い、アレルギー反応を引き起こしている原因（抗原）を特定します。

期には窓を開けない、洗濯物や布団を外に干さない、外出を控えるといったことが必要です。外出しなければならぬときには、眼鏡やマスクなどを着用して目や鼻の粘膜を花粉から守ることで、症状の緩和を期待できます。そのほか、花粉が付着しやすい表面がけばだつた衣類の着用は避ける、外から帰宅したら衣服や髪についた花粉をよく払ってから入室する、などの対策が有効です。

くしゃみと鼻水がひどい場合には抗ヒスタミン薬、鼻詰まりがひどい場合にはロイコトリエン拮抗薬、いずれもひどい場合にはステロイド剤の噴霧などを主に使用します。抗ヒスタミン薬は運転中眠くなることがあるので注意が必要です。

花粉が飛び始める2週間程度前から薬による治療を始める「初期療法」によって、症状が出るのを遅らせたリ、症状を軽くしたりできる可能性があります。自分合った治療法を見つげるために、積極的に医師と相談しましょう。

新型コロナウイルスワクチン接種の意向確認(事前予約)について

新型コロナウイルスワクチン接種に関する意向確認(事前予約)を行います。2月下旬にお送りした「各種健康診査意向確認書」の封筒に「新型コロナウイルスワクチン接種意向確認書(事前予約書)」を同封しています。**内容を確認のうえ、3月12日(金)まで**に必ず回答してください。

※今回の意向確認は、優先接種となる高齢者(65歳以上)の方に送付しています。

※今回対象外の方については、順次お知らせします。

【問い合わせ】新型コロナウイルスワクチン接種推進室
(健康長寿課・☎ 62 - 1192)

宮城県がん総合支援センターについて

宮城県がん総合支援センターへの相談は、がん患者の方や、そのご家族に限らず、どなたでもご利用いただけます。専門の相談員が対応しますので、下記の方法でご相談ください。

相談時間 月～金曜日(祝日は除く)
午前9時～午後4時

相談方法 電話(☎ 022 - 263 - 1560)
面談 予約制(あらかじめ電話予約をお願いします)
FAX (022 - 263 - 1548)
メール: zaitaku-gan@miyagi-taigan.or.jp

相談料金 無料

ホームページ <http://miyagi-gansupport.com/>

令和3年度BCG接種(集団接種)予定

令和3年度のBCG接種実施予定日は以下のとおりです。詳細は、実施月の広報でお知らせします。

実施日	対象者の生年月日
4月15日(木)	令和2年9月18日～令和2年11月16日
6月24日(木)	令和2年11月17日～令和3年1月25日
8月19日(木)	令和3年1月26日～令和3年3月20日
10月21日(木)	令和3年3月21日～令和3年5月22日
12月16日(木)	令和3年5月23日～令和3年7月17日
2月25日(金)	令和3年7月18日～令和3年9月26日

小学校に入学予定のお子さん

4月に小学校へ入学を予定されているお子さんは、母子健康手帳の予防接種の欄をもう一度ご確認ください。受け忘れた予防接種がある場合、小学校生活が始まる前までの接種をおすすめします。

なお、小学校入学後に接種する予防接種の予診票については、お子さんが対象の時期を迎えた際に、郵送でお送りしています。お子さんを病気から守り、元気に学校に通えるように、予防接種を受けましょう。

【問い合わせ】健康長寿課(☎ 62 - 1192)