

今治市民の皆様のためのすて健康講座 花粉症のはなし

第8話

医療人
かとう内科
加藤文陽先生

鼻水やかゆみなど様々な症状がある花粉症。毎年悩まされている人も多いのではないのでしょうか。今回は加藤文陽先生に花粉を少しでも防ぐ方法や治療について聞いてきました。

涙目！2019年は花粉大量飛散の予想

加藤：花粉症の皆様、悲報です。2019年春の花粉飛散量は全国平均で平年の60%増、2018年の2.7倍になるようです。愛媛県はバッチリ、30代になると大人とほぼ同じ、31%が花粉症と診断されています。

2月中旬には四国に花粉前線襲来。早めの対策を

2月中旬には四国に花粉前線襲来。早めの対策を

0%以上の予想です。マイタウン…どうしてそんなことになってしまったのでしょうか？

加藤：2018年の夏に日本が強い高気圧に覆われて十分な日照があり、花粉を出す雄花がしっかりと成長してしまつたようです。

マイタウン…確かに思いついたくないくらい暑い日が続きましたもろが増えています。反応が出やすくなったことが原因として考えられています。



加藤 文陽先生
日本内科学会総合内科専門医
日本老年医学会老年病専門医

加藤：まずは顔周りを花粉から徹底ガードしましょう。マスク、メガネ、うがいが有効です。

花粉症を防ぐには!

- 顔周りを徹底ガード
 - マスク、メガネ、うがい
 - 服装は綿または、ポリエステルなど(スベスベした素材)
 - 帽子をかぶる
 - 家に入る前に服などをはたいて花粉をおとしましょう。
- 家の中に窓から侵入させない
 - 窓を開けるときは10cm位に
- 症状が出る前や軽いうちの「初期療法」がお勧め



次回予告
次回、今治市民の皆様のためのすて健康講座は「もの忘れについて」です。

マイタウン…鼻の「花粉症スイッチ」が入つてしまう前に、しっかりと対策していきたいと思つています。

加藤：そのとおりです。花粉が1回目に体内に侵入しようとしたときにIGE抗体がでます。そして2回目以降花粉が侵入しようとしたときに花粉症のつらい症状が出ますので、初期の段階でしっかりと治療することが大切なんです。

加藤：症状が出る前や軽いうちから治療を開始する「初期療法」がお勧めです。花粉が飛び始める2週間ほど前から抗アレルギー薬や点鼻薬をあらかじめ用いておくことで、症状を軽くするための助走ができます。

加藤：2019年の花粉飛散量は平年の60%増、2018年の2.7倍になるようです。愛媛県はバッチリ、30代になると大人とほぼ同じ、31%が花粉症と診断されています。

公開保育と講演会

子育て支援プログラム

2月12日(火)開催 午前10:00~12:00

演題 対象:0歳~6歳児
「こうして伸ばす幼児の知能」

場所/テクスポート今治(今治市東門5-14-3)
講師/愛光幼児教育研究所 所長 宮田洋則

当日連絡先
テクスポート今治 ☎0898-23-8700
お問い合わせ
愛光幼児教育研究所 今治教室 ☎33-3253
今治市常盤町4-3-12(石川ビル3F)

愛光幼児教育研究所は松山にも3教室を展開しています
こども達の未来をひろく(対象:0歳~10歳)
愛光幼児教育研究所
http://www.aiko-youchisha.co.jp/oth_kenkyu.html

まだ早い！がもう遅い！にならないように！

●意欲や集中力をつけたい
●明るく自立心のある子に
●子供の能力を伸ばしたい

ぜひお子様連れでご来場ください
入場無料

わたしのハタチ、もっとかわいく♡

2020年度新作
二十歳の振袖
レンタル予約展示会

桂由美・IKKO・KANSAI・mi*more etc...

DAY 3月24日(日)まで
AM6:30~PM6:30

PLACE 四国花嫁センター3F

特典
着付券
写真券付きのプラン
その他の特典も満載です！

卒業式「袴」セット 県外配送も承ります。

ハッピーブライダルハウス 四国花嫁センター 今治市旭町3丁目3-15 ☎0898-23-6981
■営/9:00~19:00 ■休/休日・毎週水曜日

家づくり学校

新築・リフォームの会社選びは家づくり学校へ!

相談・紹介 無料

家づくりの基本知識が身に付くセミナー!

2/11(月祝) 17(日) 23(土)
13:00~16:00

住宅会社の見極め方 違いと価格 スバリわかります!

お好きな日時で家づくり無料相談 個別相談 毎日受付中

アドバイザーがマンツーマンで家づくりの基本をレクチャー。ご自分のペースで相談できます!

リフォーム、お金のセミナーも開催中 詳細・開催日程はHPをご覧ください

家づくり学校 松山校

電話、HPからお気軽にご予約・お問合せください

予約 089-993-7753

松山市若草町2-12 KG情報1F
松山税務署 東隣

10:00~19:00(年中無休)

7周年記念感謝

1/24(木)~3/15(金)

名湯100選 今治湯ノ浦温泉 愛媛県民さま限定

水軍会席 宿泊特別優待プラン

宿泊 + 夕食 + 温泉 + 朝食 8,000円 (税別)

1泊2食 お一人様(2名1室)
※入湯税150円 ※休前日は3,000円UPになります。
※お支払いは当日現金のみとなります。宿泊のお部屋はおまかせとなります。お食事場所は、レストランまたはお食事処となります。

今治市湯ノ浦30番地 FAX 0898-47-0600
TEL 0898-47-0707

イオンシネマ今治新都市

公開中

- ◆雪の華◆七つの会議
- ◆メリー・ポピンズリターンズ◆映画 コラジの海底わくわく大冒険!
- ◆愛唄-約束のナクヒト-
- ◆アクアマン◆ファースト・マン

2/15~ ◆フォルトウナの瞳 ◆スズキヤシ(同時上映)キラーン動物園に行く ◆笑顔の向こうに ◆アリータ:バトル・エンジェル ◆翔んで埼玉 ◆ドラえもん のび太の月面探査記

2/22~ ◆アリータ:バトル・エンジェル ◆翔んで埼玉 ◆ドラえもん のび太の月面探査記

3/1~ ◆ドラえもん のび太の月面探査記

自動音声案内 ☎0898-25-8107

TOHOシネマズ新居浜

2/15~ ◆フォルトウナの瞳 ◆半世界 ◆サイコバスターSinners of the System Case.2◆アリータ:バトル・エンジェル ◆翔んで埼玉

2/22~ ◆サムライマラソン ◆映画ドラえもん のび太の月面探査記 ◆九月の恋と出会うまで ◆グリーンブック

24時間自動音声案内 ☎050-6868-5019

※上映スケジュールは変更する場合があります。 ※TOHOシネマズの3D鑑賞料金は、+400円です。(3D鑑賞料300円+メガネ代100円)