

はっする



発行者：福井県嶺南振興局若狭健康福祉センター

❀❀ 今年花粉症に要注意 ❀❀

～主な症状は、くしゃみ、鼻汁、鼻づまり、目のかゆみです。～

（ちなみに花粉症は感染症ではありません）

花粉症相談窓口を開設しました！

今春は、特に杉花粉の飛散量が観測史上 1、2 位ということもあり、県内の各健康福祉センターでは 2 月 15 日から相談窓口を設けることになりました。お気軽にご相談ください。

時間：平日 8:30～17:15

県庁健康増進課 (0776)20-0352

若狭健康福祉センター健康増進課
(0770)52-1300

花粉症勉強会を実施して…

相談窓口開設を受け、去る 2 月 15 日、地元の耳鼻科医・眼科医や薬剤師の方に来ていただき、市町村保健師や当センター職員ら総勢 17 名が参加し、花粉症の勉強会を行いました。

今年は例年より早く、昨年未くらいより症状を訴えて、受診される方がおられるようです。

今年は花粉量が多いことから、例年症状の出る方は、より重症になり、また、今まで大丈夫だった方も、新たに発症することが予想されるようです。

先生からのアドバイス！

花粉症を風邪だと思っている人が多いですが、花粉症と風邪には以下のような違いがありますので、確認しましょう。

（風邪との違い）発熱なし、食欲あり、いつも通り仕事可能、症状が長引く
目のかゆみ、涙、目やになど目の症状から、花粉症だと思っても、**他の病気（結膜炎など）のこともあるので、症状あれば受診し、診断してもらいましょう。**
すでに症状のある方は、**重症になり、副鼻腔炎（ちくのう）、中耳炎などになると場合があるので、早めに治療を始めた方がいいです。**

予防内服の薬は効き目が出るのに 2 週間程度かかるのでお早めに。



予防のポイント

予防内服

花粉にさらされない工夫をする。

予防の三原則

- ・ **吸い込まない。**
例) 鼻まで隠れるマスク
- ・ **浴びない。**
例) めがね、帽子などで花粉を浴びない工夫を。
- ・ **持ち込まない。**
例) 外出からの帰宅時には、衣服をよくはたいてから家に入る。
また、ファーや毛足の長い生地のは花粉がつきやすいので、注意が必要。



編集後記

今年は、花粉症の飛散がまれに見る多さということで、不安に思っている方も多いかと思いますが、花粉症は、本当は死ぬような怖い病気ではないので、正しい知識、対応法を身につけ、暖かな春を迎えましょう。

勉強会に来ていただいた先生方、いろいろ教えていただきありがとうございました。

発信者 若狭健康福祉センター

健康増進課 担当 嶋田 泰大

TEL : 0770-52-1300

FAX : 0770-52-1058

MAIL : y-shimada-bm@ain.pref.fukui.jp

ご意見、ご感想おまちしています。