



花粉症のシーズン

Vol.2

2016年3月8日

今年も花粉症の患者さんが増えています。花粉症は花粉が原因のアレルギーで主に目（かゆみ・充血・涙）や鼻（くしゃみ・鼻水・鼻づまり）症状を起こします。今はスギ花粉が多いですが、スギ花粉は主に4月頃まで、続いて3月から5月頃までヒノキの花粉が増えてきます。



花粉症は今や日本人の3～4人に一人と言われる程有名な病気ですが意外なことに戦後の病気です。戦後に木材確保のため大量植林されたスギが成長し花粉の量が急激に増えたことなどが原因として考えられています。

花粉症の予防と治療

予防のため以下のようなことに気を付けましょう。

- ① 花粉情報（テレビの気象情報など）をチェック
⇒花粉の多い日は外出は控える
- ② 花粉がつかないようにする
⇒ 花粉用のゴーグルやマスクを使用
帽子やコートはつつるしたものを選ぶ
家に入る前に花粉を払う
- ③ 家の中に花粉が入らないようにする
⇒ 布団は外に干さない 空気清浄機を活用



治療は点眼薬や点鼻薬のような局所療法、内服薬による治療です。

花粉症は見た目以上につらい病気です。花粉症の悩みをお持ちの方はお気軽にご相談ください。

一言コラム 朝食抜きは体に悪い？



2016年1月、国立がんセンターから”朝食を食べないと脳卒中にかかりやすい”という発表(①)がありました。一週間のうち、朝食を食べる回数が少ないほど脳出血の危険が高くなるという結果だったということです。、原因として朝食を欠食

すると朝の血圧が上昇し、毎日朝食を摂取する人に比べて脳出血のリスクが高くなったのではないかと考えられます。以前から朝食を食べないと肥満・高血圧・脂質異常症・糖尿病のリスクが上がることは知られており、朝食をきちんと食べたほうが健康に良さそうです。

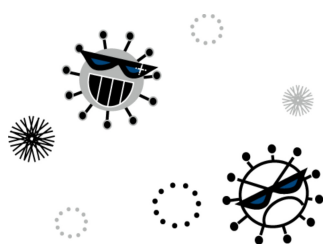
(①Stroke. 2016 Feb;47(2):477-81)

世界のニュース

メキシコで豚インフルエンザが流行しているそうです。2009年に新型インフルエンザとして世界的に流行したA型(H1N1型)インフルエンザによる感染症で、この冬だけで70人近くが亡くなったそうです。

日本でもこの冬同型のインフルエンザが流行しています。今年は例年に比べ流行の時期が遅くまだ油断はできません。

普段からうがいや手洗いを心掛けるようにしましょう。



日本のニュース

B型肝炎のワクチンが平成28年の秋から予防接種法に基づく小児の定期接種になる見込みです。

昨年発売されたC型肝炎治療薬”ハーボニー”は発売前の臨床試験で、治療を受けた患者さん全員で著効(治療終了から12週後に血中からウイルスの遺伝子が見つからない)という驚異的な治療成績でした。

B・C型肝炎は血液検査で調べることができます。心配な方は一度検査を受けてみることをお勧めします。B型肝炎やC型肝炎もいずれは過去の病となる日が来るかもしれません。



医療法人
森田医院

所在地：大阪府寝屋川市本町24-14 電話：072-821-0446
ホームページ：<http://www.moritaclinic.or.jp>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9時-12時30分	○	○	○	-	○	○	-
17時-19時30分	○	○	○	-	○	-	-

受付は診察の30分前から行います。シャッターは診察の1時間前に開きますので、診察券をお持ちの方は診察券入れに入れていただきますと順番をとらせていただきます。

