

そろそろスギ花粉 症シーズンの到来 です。症状が出る 前に対処しましょ う。



粉総飛散量は、例年に比べ非常に多かった平成23年春（昨シーズン）と比較すると、中国、四国地方の一部を除いて、全国的に少くなると予測されます。例年との比較では、全国的に例年並みか例年よりもやや少なくなると予測されます。また、スギ花粉の飛散開始時期は、関東地方以西で昨シーズンよりやや遅く、例年よりも5日前後遅くなり、東北地方はほぼ例年並みになると予測されます。一部地域を除き、全国的に例年よりも少ない飛散が予測されていますが、花粉症が重症化するレベルであると考えられるため、前シーズン比や例年比での増減に関わらず、予報に基づいた早めの花粉症予防対策等が必要と考えられます。ご注意ください。花粉症は、症状が出る前に押さえる初期治療が有効と考えられますので、花粉の本格飛散が始まる1~2週間前に当たる2月中旬までにはアレルギーの薬を内服することをお奨めします。

また気候によっては、それ以前から少量の花の飛散が始まっている場合があり、くしゃみなどの花粉症の症状が出始めた場合はそれ以前でもアレルギー薬を内服開始することをすすめます。

③めまい相談医に認定されました。

めまい相談医は、日本めまい平衡医学会が認定した、めまい診療の専門知識と診療技術を持つ医師です。昨年末に認定されました。春日井市内では今のところ私だけのようです。地域医療として提供できるめまい診療の充実を目指し、さらに努力したいと思います。



院長

看護助手 長谷川



耳鼻咽喉科まつだクリニック

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日	診療科目
9:00~12:00	○	○	○	×	○	◎	×	耳鼻咽喉科 アレルギー科
3:30~6:30	○	○	○	×	○	×	×	気管食道科

◎ 9:00~13:00

休診日 木、日曜日、祝日

篠木町6丁目2426番地（篠木6丁目バス停前）
☎ 0568-86-4133 予約 0568-86-4890
ホームページ：http://www.matsu-cl.com

①インフルエンザの 流行

年明けから春日井市内でインフルエンザA型が流行中です。東海地方では例年より早く流行が始まったため、1月中旬において全国的にいても愛知県、岐阜県、三重県がトップレベルのインフルエンザの流行のようです。（トップ3を独占した週もあったようです）今年のウィルスは、約9割がA香港型だそうです。十分な休養やうがい、手洗いに加え、鼻やのどの粘膜（ねんまく）が弱まらないように、加湿（かしつ）器などで室内の湿度を50-60%に保つ方法も効果（こうか）的とされています。健康管理に気をつけましょう。あとインフルエンザワクチンを打っていてもインフルエンザには罹患（りかん）します。重症化を防ぐのがワクチンの目的ですのでワクチンを打っている方でも急な発熱、頭痛、強い倦怠感のあるときはインフルエンザの可能性がります。ご注意ください。

②スギ花粉症の対策

環境省が実施している調査研究報告（第1報）によれば、平成24年春のスギ・ヒノキ花

私も花粉症です。スギ・ヒノキ・かがやのすべて陽性です。毎年自分を実験台にしているいろいろな薬や治療法を試しています。いろいろ薬も試しましたが、症状が出る前の初期治療とマスクが一番大事だなと実感しています。何事も基本が大事ですね。

先月の中旬に泊まりで白馬方面にスノーボードをしに行きました。末娘はまだソリしか出来ず、一緒に乗っているうちに私の方が楽しくなってしまう、『ゴーゴー！』などと叫んでしまっていました。今はまだ無理ですが、子供達がもう少し成長して時間があれば、長年の夢だったヘリスキーに挑戦してみたいと思います。