

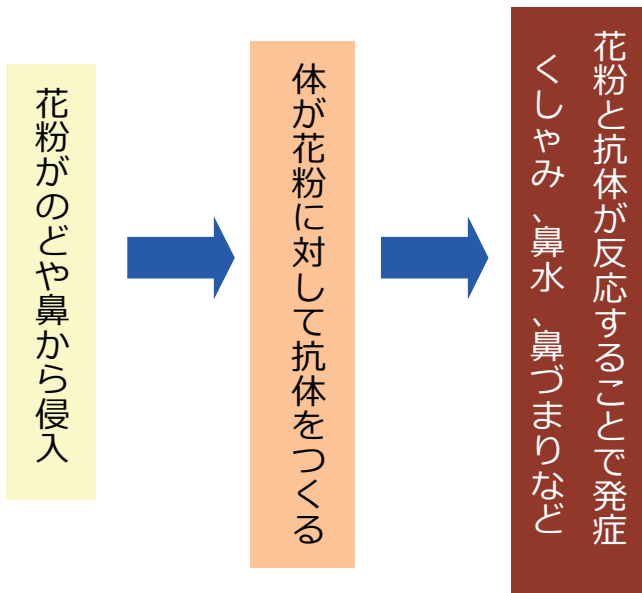
花粉症対策

花粉症とは・・・？

花粉症は1型アレルギー（即時型アレルギー）で、鼻汁・鼻閉・くしゃみ・目のかゆみ・流涙などの症状がみられる疾患のひとつです。

ある季節に発症する季節性アレルギー性鼻炎の代表的なもので、開花時に飛散するスギ・ブタクサ・ヒノキ・シラカバなどの植物の花粉が主な原因です。

花粉症の仕組み



花粉症と間違えやすい病気

風邪	急性鼻炎→ くしゃみ・鼻水
通年性アレルギー性鼻炎	ハウスダスト カビなど
慢性副鼻腔炎 (蓄膿症)	鼻水、鼻づまり、 頭痛など

など

正しい対策で花粉症予防・改善を！

- できるだけ花粉と接触しない（めがね、マスク）
- 外出時、花粉が付きやすい毛織物などの衣服は避ける
- 帰宅時、衣服や髪をよく払い入室する。うがいをし、鼻をかむ
- 掃除を励行する
- 花粉症は春以外、スギ以外でも起こるアレルギーの病気です
- 症状には個人差があります
- 症状の似ている他の病気があります
- もっとも有効な対策は、花粉に接触しないようにすること
- 症状に悩まされている方は、一度専門家に相談を



福島産業保健総合支援センター

(フリーダイヤル 0120 - 631 - 637 FAX 0246 - 38 - 3209)