



SALLY

vol.345
2017.3.15発行
4月号



朝日サライ

食と体を見つめる **健康情報**



Heart de Clinic

山内クリニック

岩井 里枝子 先生

花粉症について

こんにちは。山内クリニック家庭医岩井です。

まだ風が強くて肌寒く感じる日が多いですが、道端には春の雑草が出始め桜の木のつぼみも目立つようになり、散歩をするのが楽しみになってきました。

しかし、外に出たくなる気持ちとは裏腹に、外出するたびに出現する眼のかゆみやくしゃみ、鼻水などの症状に悩まされる方が多いのもこの季節の特徴です。外来診察でも花粉症、つまり花粉を原因とする季節性アレルギー性鼻炎、結膜炎の方が増えてきました。日常生活の工夫で出来るアレルゲンからの回避や除去はもちろんですが、薬物療法としては症状がひどくなる前から開始する事をお勧めします。

症状が軽い初期の症状、また症状が出始める前から薬を開始する事で飛散ピーク時の症状増悪を抑制できると言われています。市販でもアレルギーの薬は手に入れる事ができますが、それでも症状がコントロール出来ない方は早めに医師へ相談してください。

また、鼻づまりがひどいのか、鼻水やくしゃみがひどいのかでの薬の使い分けもあります。様々な種類の内服や点鼻、点眼薬があるので、良く相談してご自身の症状にあった薬を調節してもらうようにしてください。この記事を読んだ頃はスギやヒノキの花粉飛散がピークかもしれませんね。まだ治療を始めてなくて症状がひどい方、来年こそは早めに動いてください。



医療法人
い
わ
か
い
さ
く
ら
ね
じ
あ
い
会

山内クリニック

理事長 山内 俊明

いわき市平谷川瀬字三十九町19-3 ☎25-8181

ホームページ <http://iwakikai.sakura.ne.jp/>

内科・循環器科

■診療時間 / 午前8:30～12:00
午後2:30～ 5:15

訪問診察

■休診日 / 日曜・祝日・木曜午後
土曜午後

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------|-----------|-----------|--------------|----------|--------------|
| 午前 | 山内 俊明 | 山内 俊明 | 山内 俊明 | 山内 俊明 | 山内 俊明 | 山内俊明 |
| | 岩井 里枝子 | 岩井 里枝子 | 市原 利勝 | 岩井 里枝子 | 岩井 淳一 | 岩井淳一 山内宏之 |
| 午後 | 山内 俊明 | 山内 俊明 | 岩井 里枝子 | 岩井 里枝子 | 山内 俊明 | 休診 |
| | | 岩井 淳一 | 岩井 淳一 | (小児 予防接種) | 岩井 淳一 | |

- ◆ は訪問診療と兼務となります。
 - ◆ 土曜日の岩井淳一先生と山内宏之先生は交代での診療となります。
- ※なお、木曜日午後予約外来しております。詳しくは山内クリニックまでお問い合わせください。