

2月



# 花粉症について



国民のおよそ4人に1人は花粉症

## 花粉症とは

花粉症は、スギなどの花粉が原因となって起こるアレルギー疾患の一つです。日本ではスギ花粉が有名ですが、スギ以外にも花粉症を起こす植物がたくさんあります。花粉症の原因となる主な植物と花粉飛散が多い時期(九州地方)は、天候でも変わりますが、スギ：2～4月、ヒノキ：3～5月、イネ：4～10月、ブタクサ：9～10月、ヨモギ：8～10月とされています。

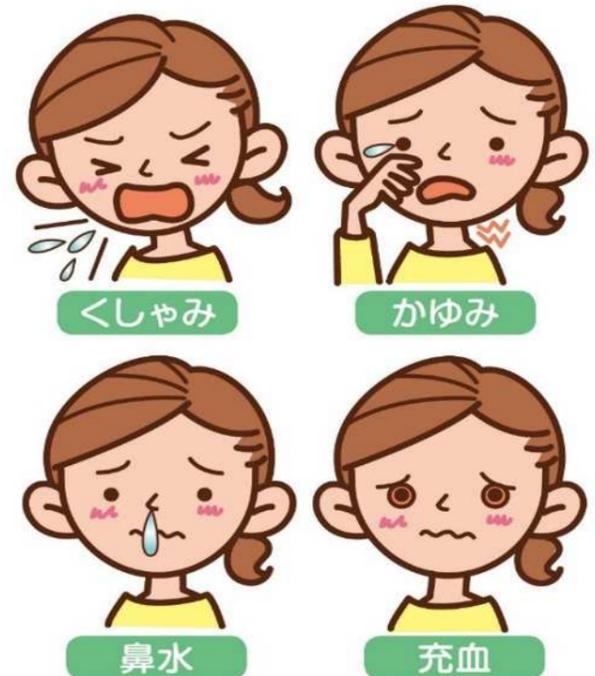
特に、2～5月はスギやヒノキの花粉シーズンです。早めの対策で快適に過ごしましょう。

## 花粉症の症状

主に、アレルギー性鼻炎・アレルギー性結膜炎が生じます。

**くしゃみ・鼻水・目のかゆみ・目の充血**

症状がひどくなると、全身のかゆみ、微熱、のどのイガイガ、からだのだるさなどが現れる場合もあります。



## 自分でできるケア

マスクや眼鏡・帽子の着用  
うがい・手洗い  
帰宅後に玄関で衣服を払う  
洗濯物を外に干さない

## 花粉症の治療

対症療法  
点眼・点鼻薬・内服薬による局所療法  
根治療法  
舌下免疫療法、原因抗原の除去  
アレルゲン免疫療法など



JA熊本厚生連健康管理センター

施設所長  
栗津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229