

今年のお花粉症の特徴と対策は？

今年もまた花粉症の季節がやってきました。言わずと知れたその自覚症状は、「くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ」の4症状ですが、折からのコロナ禍でマスク着用での外出が習慣化し、鼻

症状3つはある程度ブロックできると思います。問題は目のかゆみですが、今年はメリハリのついた分かりやすいものになるでしょう。昨年末から複数回の寒波があり、2月には春一番が吹いたことから、今年は気圧や気温の変化がはつきりしているの、気候変動の

のかゆみに要注意です。花粉の付着は肌でも感じるの、目の周りに眼瞼炎や眼瞼皮膚炎が結膜炎と共に生じます。かゆいので擦ると刺激で皮下組織の炎症がひどくなり、さらにかゆみが増すので、冷水で顔をしばらく冷やします。すると血管が収縮し、炎症に伴うかゆみは収まります。またヒスタミン放出後の目の粘膜や皮膚は傷んで炎症が再発しやすくなっているの、ケアが欠かせません。風呂上りや就寝前にはスキンケアをしておくことをお勧めします。

これらの合わせて考え、雨や雪が降った後や日中の気温が20度に達する日があれば、「今週は花粉の量も多く自覚症状が出そうだ」と予想し、早朝から集中的に点眼薬を差したり外出を控えたり、自身での予防が可能です。

それでもかゆくなってしまうたら、目の周り

てしまうたら、目の周り

（院長・伊田直史）



伊田眼科クリニック

- ・眼科一般
- ・日帰り手術
- ・コンタクトレンズ取り扱い

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30	○	○	○	○	○	○	△
12:30	○	○	○	○	○	○	△
15:30	○	○	○	○	○	○	△
18:00	○	手術	○	△	○	○	△

【休診日】木・土曜午後
日曜、祝日

TEL 079-556-8600

三田市武庫が丘7-7-4 エムズⅡビル1階

<http://www.ida-ganka.com>

