



健やか豆知識

第22回

Q. 花粉症の原因となる植物のうち、一番遠くまで花粉が飛ぶのは？

- Ⅰ スギ Ⅱ ブタクサ Ⅲ イネ科植物(カモガヤなど)



タカちゃん

タカちゃんママ

花粉症予防には、洗濯物の部屋干しがおススメ

近年、花粉症は低年齢化しており、子どもの患者数が増えてきています。子どもの症状は大人と同様に、一番多いのは鼻炎症状ですが、結膜炎症状が強くなる子どもも少なくありません。さらに目の周りや顔、首などの露出部分に花粉が付着し、皮膚炎を起こすこともあります。

花粉症の一番の対策は、花粉を避けることです。ブタクサやイネ科植物の花粉はあまり遠くまで飛ばないので、これらの植物が生息している校庭周りや草むらなどに近づかないようにしましょう。一方、スギ花粉はかなり遠くまで飛びます。スギ花粉が飛散している時期に外出するときは、マスクやメガネ、ゴーグルをつけて、帰ったら家の外で花粉を衣類から払い落とし、できるだけ家の中に入れないようにしましょう。家に入ったら手や顔についた花粉を洗い流し、できれば着替えてしまうとよいでしょう。

また、洗濯物は部屋干しがおススメです。外に干すとパジャマやシーツに花粉が付着し、その花粉で症状が出てぐっすり眠ることができず、日中の集中力が低下することもあります。

症状を訴えられない小さい子どもの場合は、目や鼻をこする、鼻づまりで辛そうなどの様子が見られたら、病院を受診しましょう。花粉症の治療薬は、抗ヒスタミン薬から始まることが多く、7、8割の患者さんが症状を軽減できています。最近では、眠くならない薬剤も出ており、治療法が充実しているので、過度な心配はなさらず、まずは花粉を回避する暮らしの工夫から始めましょう。

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

監修 勝沼 俊雄 東京慈恵会医科大学附属
第三病院小児科 教授

< ① 掘玉 > さらに詳しい情報は
ホームページで!



⇒さらに詳しい情報は「クイズ解説」をご覧ください。