



～花粉症の時期が始まりますね～

院長 三和 拓人

今年は暖かい冬でしたが、気づいたらそろそろ春の息吹が聞こえてきました。この時期から始まるのがツライ花粉症。私も花粉症なのでお気持ちは非常にわかります。今月は花粉症についてまとめてみました。

まずは花粉症対策をわかりやすく図解してみました。

今から出来る花粉症予防対策



花粉の暴露から逃れる(寄せ付けない)事が、一番の予防対策です

マスクや眼鏡もあなどれません。研究では84%の花粉をカット出来ることがわかっています。

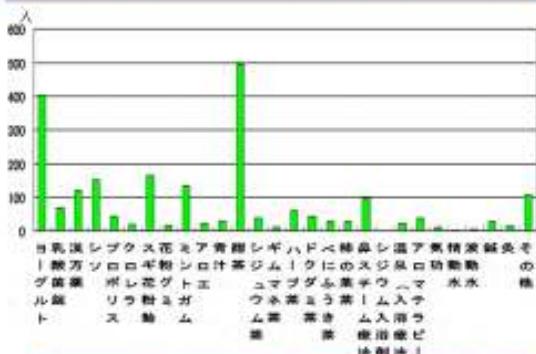
鼻の中と眼に入る花粉数 ~実験的なマスク、メガネの効果~



また、世間では「花粉症に効果がある」と謳ったあまたの民間療法がありますが、どれも決定的な効果はありません。

花粉症の民間療法について ~色々なのがあるんです~

アレルギー性鼻炎で受診した患者6679人中の民間療法を施行している成人患者数(複数回答可)



6679人中19%の患者が民間療法施行

民間療法の患者さん 自身の評価(未記入除く)

	効果あり	効果なし	不明
漢方	50%	35%	15%
鼻スチーム療法	46%	44%	10%
鼻洗浄療法	46%	54%	0%
鍼(ハリ)	44%	44%	11%
シジュウム茶	40%	40%	20%
花粉グミ	29%	64%	7%
シソジュース	18%	36%	45%
甜茶	14%	51%	35%
クロレラ	8%	44%	48%

どの民間療法も決定的な効果があるとは言えない

千葉大学医学研究院 耳鼻咽喉科 教授 岡本美孝
厚生省 免疫アレルギー疾患予防・治療研究事業より抜粋



花粉症でお困りの方は、是非とも来院していただき、
毎年スギ花粉症で悩まされている私オススメの処方を
受けてみてください。

医院：各務原市那加桜町 2 - 368

自宅：各務原市三井北町 1-171

Tel 383 - 6800

Tel 382 - 1437

三和皮フ科HP : <http://miwahifuka.org/>