



暖かくなり、お花見の季節となりました。外で過ごす時間が増え、眼のかゆみなどの症状が気になる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。今月は花粉症について、お話したいと思います。

眼科豆知識 ～ 花粉症豆知識 ～

花粉症をお持ちの方は、その花粉の季節になると

目のかゆみ・目の充血・目の異物感・目やにが出る・涙が出るなどの症状に悩まされます。

花粉症の原因には、スギ花粉症が代表的ですが、下に挙げたように、スギ以外の植物でも花粉症をことがあり、複数の花粉に反応して長い期間、症状が続く方もおられます。

ハンノキ属	スギ	ヒノキ	イネ科	ブタクサ	ヨモギ科	カナムグラ
1月～6月	2月～5月	3月～5月	3月～10月	8月～10月	9月～11月	9月～11月

花粉症の治療には、抗アレルギー点眼薬が使われます。花粉症の期間は症状が強い時だけでなく、かゆみがない時も用法通りに点眼し、花粉に暴露されても症状が起こりにくい状態にしておくことが大切です。

また、次のような特徴を知って、原因となる花粉をできるだけ避けること、外出した後は、人工涙液や点眼型洗眼液を6～8滴点眼し、目の中の花粉を減らすことも有効です。

点眼の継続と、ちょっとした工夫でつらい時期を少しでも楽に過ごすことができるといいですね。

○花粉が飛散しやすい日

- 晴れた強風の日
- 最高気温が高い日
- 湿度が低く乾燥した日
- 前日が雨で、次の日が晴れている
特に最高気温が15℃以上になるような日は要注意です。

○花粉が飛散しやすい時間帯は、

昼過ぎと日没後とされています。

日没後に花粉が飛ぶのは、昼過ぎに舞い上がった花粉が、日没後に落ちてくるためだそうです。

おなじ花粉でも植物によって花粉の飛散距離は違っており、スギやヒノキは約10～300km、ブタクサ、ヨモギなどの雑草は約100mとされています。

院長より

クリニックの植え込みに、チューリップの花が咲き始めました。チューリップは球根を植えて、成長するのに半年ほどかかりますが、花が咲いている時間は少しだけです。何事も準備には時間がかかることを実感します。当院は今年開院4周年を迎えます。常に初心と感謝の気持ちを忘れず、成長して参りたいと思います。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

受付時間変更のお知らせ

4月20日(水)、27日(水)は、
受付時間を12時までといたします。

大変ご迷惑をおかけいたしますが
どうぞよろしくお願いいたします。



HPIにてスタッフブログも更新中です！

morishita-eye.jugem.jp

