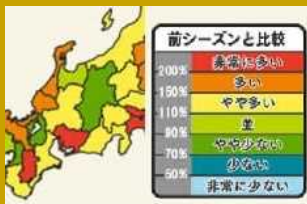


2018年のスギ・ヒノキ花粉飛散予測



前年の飛散量と比較した図

日本気象協会花粉飛散予測第2報では、東海地方において昨年の約**1.2倍多く花粉が飛散**する見込みです。

飛散開始時期は2月の上～中旬と予測されています。

花粉症=アレルギー疾患

花粉症に代表されるアレルギー疾患は、ひとたび感作(アレルギーが発症)すると、少量の花粉にも反応し発症します。

花粉に暴露されない事が治療の基本ですが、花粉症である事を忘れて生活するためには、症状が出る前の抗アレルギー薬による「**予防内服**」が大切です。そのためには花粉が飛び始める2週間前からの内服がおすすめです。



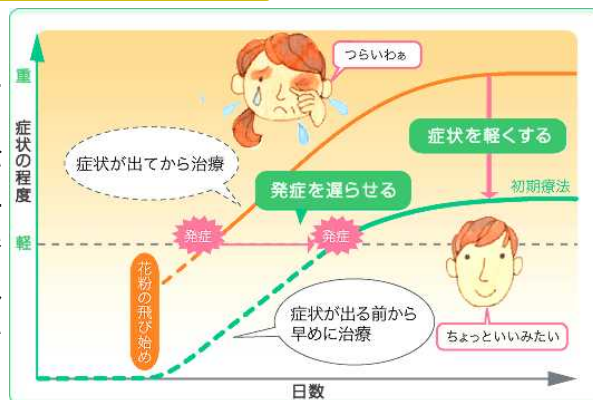
目次

花粉症対策のご案内 P.1

施設案内 P.2

花粉症の症状、予防内服の効果は？

春の花粉症は、主にスギ(2月上旬から4月下旬)、ヒノキ(3月から5月下旬)に対するアレルギー症状「くしゃみ・鼻水・鼻詰まり・目のかゆみ・全身倦怠感」が現れます。スギ、ヒノキ共にアレルギーがある方は、2月から5月いっぱいまで症状が続きます。その症状が毎年現れる方は1月中旬からの「**予防内服**」をお勧めします。(右図参照)



- 「**予防内服**」の効果
- ① 発症を遅らせることができます。
 - ② シーズンを通して症状を軽減することができます。
 - ③ シーズンを通しての薬剤使用量を減らすことができます。

花粉症の内服薬はどのようなものがあるの？

- ① オロパタジン塩酸塩：症状の抑制作用が最も強い内服薬（眠気：強）。
- ② エピナスチン塩酸塩：症状の抑制作用が中等度（眠気：少）。
- ③ ビラノア：眠気が全くなく、症状の抑制作用が強い新薬です。
- ④ デザレックス：眠気が全くなく、症状の抑制作用が中等度の新薬です。
- ⑤ ラマトロバン・モンテルカスト：従来の薬剤と全く異なる機序にて症状を抑えます。眠気はありませんが飲み始めて効果が出るまで時間がかかります。①～④との併用が有効です。
- ⑥ 漢方薬(主に小青竜湯)：症状の軽い方、他の薬剤を服用している方にお勧めです。

花粉飛散時期の対策

- ① 晴れた風の強い日、乾燥した(湿度の低い)日は外出を控える。
- ② 外出時は必ずマスクをつけて、眼鏡や帽子、スプリングコートがあるとなおよい。
- ③ 帰宅時は玄関の前で頭髪や衣服から花粉を落としてから部屋に入る。
- ④ 帰宅後は目を洗い、洗顔、うがいを行う。入浴時は洗髪を。
- ⑤ 窓はなるべく閉め、毎日こまめに掃除を行う。(空気清浄機に頼りすぎない)
- ⑥ 衣類は乾燥機を使うか、室内干しに。(花粉はAM6時～PM3時までに6割が飛散)

※ 「**花粉を身体につけない**」「**花粉を室内に入れない**」が基本です。
それでも花粉症の症状がある方は早めに裏面の各施設へご相談ください。



医療法人順秀会 施設ご案内

メディカルパーク今池

代表電話:052-715-6070

健診[専用]電話:052-715-6177

外来診療[24時間対応]予約電話:052-715-6170

e-mail: imaike@junshu.jp

〒464-0850 名古屋市千種区今池 1-8-8 今池ガスビル 2 階

地下鉄「今池駅」10 番出口から徒歩 0 分

土曜日は午後 6 時まで診療

●土曜日は午後 6 時まで診療

休診日: 日曜日・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	休
午後 2:00~6:00	●	●	●	●	●	●	休

東山内科・小児科・東山健康管理センター

代表電話:052-781-1235

健診[専用] 電話:052-781-2112

外来診察[24時間対応]予約電話:052-781-6500

e-mail: higashiyama@junshu.jp

〒464-0807 名古屋市千種区東山通 5 丁目 103 番地

地下鉄「東山公園駅」4 番出口徒歩 1 分

土曜日は午後 5 時まで・日曜日は午後 1 時まで診療

● 土曜日午後 1:30~午後 5:00

■ 日曜日午前 10:00~午後 1:00

■ 日曜日午後往診

休診日: 祝日のみ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	■
午後 5:00~7:00	●	●	●	●	●	●	■

スカイル内科・スカイル健康管理センター

代表電話:052-241-2111

健診[専用]電話:052-241-8200

外来診療[24時間対応]予約電話:052-241-6200

e-mail: skyle@junshu.jp

〒460-0008 名古屋市中区栄 3-4-5 栄(スカイル)ビル 11 階

地下鉄「栄駅」地下街から直結(クリスタル広場方面)

土曜日は午後 6 時まで診療

●土曜日は午後 6 時まで診療

休診日: 日曜日・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 10:00~13:30	●	●	●	●	●	●	休
午後 2:30~6:00	●	●	●	●	●	●	休

守山内科・小児科・守山健康管理センター

代表電話:052-791-5110

健診[専用]電話:052-791-4877

外来診察[24時間対応]予約電話:052-791-5166

e-mail: moriyama@junshu.jp

〒463-0070 名古屋市守山区新守山 901 番地

JR 中央線「新守山駅」徒歩 12 分 駐車場 30 台完備

土曜日のみ午後 1:30 まで診療

■ 土曜日午前 8:30~午後 1:30

休診日: 土曜日午後・日曜日・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30~12:30	●	●	●	●	●	■	休
午後 4:00~7:00	●	●	●	●	●	休	休

星ヶ丘内科・小児科・星ヶ丘予防接種センター

代表電話:052-788-2222

予防接種 [予約専用] 電話:052-788-2230

外来診療[24時間対応]予約電話:052-788-2233

e-mail: hoshigaoka@junshu.jp

〒464-0026 名古屋市千種区井上町 113 星ヶ丘中央ビル 3 階

地下鉄「星ヶ丘駅」3 番出口徒歩 1 分

各種予防接種随時受付

●午前の診療はお昼休みの午後 1 時まで

休診日: 土曜日午後・日曜日・祝日

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	休
午後 4:00~7:00	●	●	●	●	●	休	休