

公立小野町地方総合病院からのお知らせ

スギ花粉対策について

今回は、当病院の耳鼻咽喉科非常勤医師 ^{さとう いさむ} 佐藤 勇医師からスギ花粉対策についてお知らせします。

そろそろスギ花粉が気になる季節です。今年は大量飛散だった昨年の半分以下、例年の5割から7割程度と飛散数は少ないと予想されていますが、花粉症の患者さんは油断大敵です。万全の態勢でスギ花粉の時期を乗り切りましょう。

最大の対策は原因となるスギ花粉に触れないことです。次の事を行きましょう。

- ①花粉情報に注意。
- ②飛散の多いときの外出を控える。
- ③飛散の多いときは窓・戸を閉めておく。洗濯物・布団を外に干さない。
- ④飛散の多いときは外出時にマスク・メガネを着用する。
- ⑤外出時、毛織物などのコートは避ける。
- ⑥帰宅時、衣服・髪をよく払う、洗顔・うがい・鼻をかむ。
- ⑦掃除の励行。

これらの対策を行っても症状を完全に抑えるのは難しいです。そこでお薬による治療となりますが、症状が出てしまったからではお薬の効果が出るまで時間がかかってしまいます。花粉が飛び始める前からお薬を飲み始めると症状が軽く済むと言われていて、これを初期療法と言います。2月下旬から飲み始めるのが良いと思われます。



耳鼻咽喉科
佐藤 勇 医師

健康づくり豆知識

内部被ばく検査を受けられます (ホールボディカウンター)

東京電力福島第一原発事故から3年を迎えようとしています。

放射線の影響がまだ心配されますが、希望する方はホールボディカウンターによる内部被ばく検査を受けられます。乳児から大人まで費用の負担がなく受けられますので、希望する方は検査機関にお申し込みください。

■内部被ばく検査機関

検査機関名	公立小野町地方総合病院	震災復興支援放射能対策研究所(ひらた中央病院)
対象	おおむね生後7カ月から成人	乳児から成人
検査日程	月曜日～金曜日 の午後	月曜日～金曜日 の午前・午後
問い合わせ先	☎ 72-3181	☎ 0247-55-3333 ☎ 0120-06-4771 (申込用フリーダイヤル)
ウェブサイト	http://www.ono-hp.jp/WBC/WBC.html	www.seireikai.net/hospital/hiratachu/body/